она, побледнев, как смерть, надела и платье, набросила и головную накидку, но только вдруг тихо прошептала:

— Что-то плохо мне... пойду подышу... прогуляюсь немного...

— Мы с тобой, мы с тобой! — наперебой закричали подружки, испугавшись ее бледности и обильного пота, выступившего на побелевшем лбу.

— Нет, я одна... Пустите... Одна...

И никто не стал перечить невесте, ослушиваться ее вещего сегодня слова.

А она вышла во двор, вывела из сарая отцовский потрепанный велосипед и, подняв повыше подол подвенечного платья, прихватила фату по талии крепким гипюровым пояском и, как была, в головном убранстве, в фате, села на велосипед и покатила по улице Миклухо-Маклая. Покатила на радость малышне, которая бежала за ней следом и кричала: «Жених и невеста, съели тесто. Тесто съели, жениха объели!» А Галка ехала поначалу серьезная и сосредоточенно испуганная, но чем дальше от дома, тем больше свободы гуляло под сердцем, и когда она, миновав митяевские огороды, выехала на красногорскую тропу, то стала в открытую счастливо и освобожденно улыбаться, все сильней и сильней нажимая на педали.

То-то было изумления на Красной Горке, когда к сытинскому дому подкатила наряженная в фату невеста на велосипеде! А когда Михаил, расслышав на сеновале упорное треньканье велосипедного звонка рядом с их калиткой, в радостном предчувствии буквально скатился по лестнице вниз, во двор уже входила запыхавшаяся и улыбающаяся Галка. Увидев Михаила, Галка бросила велосипед и пошла к любимому с протянутыми руками, словно моля о прощении:

— Я приехала, Мишанька! Приехала к тебе! Навсегда!

Глава третья

К ночи специальные наряды милиции устроили две засады: одну — на Красной Горке, в избе Сытиных, другую — в поселковом роддоме. Расчет был простой: рано или поздно Мишка должен вернуться домой или попытаться повидать жену и новорожденного сына. Кроме того по улицам Северного патрулировали несколько милицейских мотоциклов и два «газика» — для возможного перехвата Мишки на дорогах.

Правда, «Яву» свою Мишка бросил дома; захватил только ружье и скрылся. Был ли разговор с родителями? Был. Вера Аристарховна лежала на кровати почти в бесчувствии, слезы текли по ее щекам не переставая, она то впадала в отрешенное сомнамбулическое состояние, беспрестанно раскачивая головой, то вдруг вскрикивала и начинала бессвязно причитать, будто молясь или прося прощения у бога, в которого, кажется, не верила. На все вопросы милиционеров только безумно смотрела на них и скороговоркой повторяла: «Да, да, был, был, говорил, просил прощения... и всё... и всё...» А с отцом разговаривал? «Нет, нет, не видел, не разговаривал...» — повторяла мать. Она и в самом деле не знала, что был разговор у Романа Степановича с сыном. Но когда милиционеры допытывались у отца, виделся ли он напоследок с Мишкой, тот упорно повторял: «Не виделся, на огороде был. Картошку окучивал. Эх, Мишка, Мишка, что же ты наделал?!»

Посреди ночи Вера Аристарховна неожиданно впала в истерику, соскочила с кровати и набросилась на милиционеров с кулаками:

— Вон, вон из моего дома! Не хочу! Не хочу! Прочь! Что тут расселись, как ищейки? Прочь, вон!..

Пришлось мужу силой успокаивать ее, укладывать в постель и вливать сквозь дробью стучащие зубы валерьянку вперемешку со снотворным. И пока Вера Аристарховна не притихла на кровати, милиционеры и в самом деле вышли из комнат на веранду, посидели там; их было двое. А трое милиционеров, с сержантом во главе, дежурили под окнами — и со стороны улицы, и со стороны огородов: мало ли откуда может заявиться Мишка...

Но, как оказалось, не там искали и не там поджидали милиционеры Мишку. Он ясно понимал: обложат его основательно, и если не сегодня, то завтра-послезавтра податься будет совсем некуда — ни на Красной Горке, ни в роддоме показываться, конечно, нельзя (а ох как хотелось, действительно, прийти к жене, пасть перед ней на колени, исповедаться, повиниться, попросить прощения! — а там будь что будет...), значит, времени у него совсем мало. А время ему нужно было для одного — для завершения мести: раз пошел по этой дороге, куда уж тут сворачивать? Семь бед — один ответ. Потому решил играть ва-банк: идти туда, где его совсем не ждут. А именно: притаиться поблизости от отделения милиции в Северном. Почему здесь? А потому, что через переулок от милиции расположился как раз дом, где жил Митяй Носов; митяевские огороды удачно выходили на густой сосновый борок, так что в случае чего можно было раствориться в лесу. Это с одной стороны. С другой — из этого борка очень хорошо

нырнуть и на митяевский огород (что Мишка и сделал, когда скрылся из Красной Горки в лесу), а там засесть в кустах густого сиренника прямо под окнами митяевского дома и ждать. Кто будет здесь искать Мишку? Под самым-то боком у милиции? Ясно, никто. До братьев Ерохиных сейчас не доберешься, они живут в глубине поселка, к тому же, может быть, у их дома засада устроена (ведь Ерохины — главные его враги), а вот митяевский дом, под боком у милиции, тот явно не охраняется... (Так и оказалось, кстати.)

Всю долгую ночь просидел Мишка в сиреннике; слышал изредка, как проезжали патрульные милицейские мотоциклы; иногда гудел «газик»; иной раз доносились обрывки разговоров. Мишка ждал; он был спокоен: приняв решение, он словно отбросил раз и навсегда мучительные сомнения, которые раньше раздирали душу; к тому же понимал: ждать снисхождения к своей судьбе теперь нельзя. Все кончено. Отрезано. А посчитаться поначалу хотелось именно с Митяем.

Именно он, этот долговязый прыщавый тип, когда-то признался Мишке (когда Мишка бил его смертным боем, мстя за смерть брата), что да, это они, Ерохины с Сергеем Квасом, прикончили Гришаньку; но сам он — ни-ни, к этому не причастен... Скорей всего, юлил, врал, изворачивался; но не за это заслужил Митяй пулю в лоб. А за то, что на суде четыре года назад отрицал всё чохом: Ерохиных не выдал, а на Мишку валил все, что мог,— еще бы, боялся Мишки, как огня, и хотел только одного: чтоб упекли Мишку подальше и надолго. И его упекли — на четыре года. И вот теперь настал час — ответишь за всё, паршивая наглая рожа: за смерть брата, за ложь, за наговор, за мои четыре года, за исковерканную жизнь жены и сыновей, за муку отца моего и матери... за всё!

Вот с какими мыслями и чувствами прятался Мишка Сытин в густых сиреневых кустах митяевского огорода. Конечно, уверенности не было, что Митяй дома, но предчувствие говорило: сиди, жди... И, правда, под утро выходил во двор старший Митяй (Михаил Михайлович), дочки выбегали, мать, а младшего Митяя не было. В роду у Носовых все мужики носили одно имя — Михаил, вот уже несколько поколений так шло, а поскольку посельчане по-свойски перекрестили Михаилов в Митяев, то и все, что было у Носовых, называлось митяевским. Не носовским, а именно митяевским: митяевский дом, митяевский покос, митяевская делянка, митяевские огороды... Скажешь «митяевское» — все знают: значит, что-то расхлябанное, бесхозное, заброшенное, гниющее, пропадающее... Отменной ленью и безалаберностью отличалась семья. Что девки, что парни, что старшие, что младшие. И при этом палец им в рот не клади: заорут, заболтают любого человека, так что поневоле будешь всегда виноват, а они — самые рачительные хозяева, самые уважаемые люди в поселке. Удивительная семейка! А Митяй-младший отличался в ней особенной ленью и одновременно озлобленностью. Длинный, сутуло-горбящийся, покрытый вечными прыщами и фурункулами, с узкими щелками змеевидных глаз, он был патологическим трусом, когда встречал сопротивление или сталкивался с врагом один на один, но жесток, развязен и безмерно нахален, если находился под крылышком дружков — братьев Ерохиных. Именно он бил и издевался над теми, кого дружки его намечали в очередные жертвы; именно он выполнял всю черную «работу», когда нужно было кого-то припугнуть, устрашить, пристращать. Он-то, Митяй, и угрожал когда-то брату, а вот был тогда на мотоцикле вместе с Ерохиным или нет, когда брат разбился,— этого так и не узнал Мишка, не дознался: Митяй все отрицал, в ногах валялся, божился матерью и отцом... Ну, ничего, сегодня скажет, гад, все, если, конечно, дома... А уж Мишка дождется его, хоть три дня будет в засаде сидеть — дождется...

Но ненужным оказалось прятаться в кустах сирени так долго: вышел на двор и Митяй, наконец. В длинных черных трусах и грязной майке, в резиновых сапогах на босу ногу, взлохмаченный со сна, с посиневшей от вчерашнего кастетного удара левой щекой и заплывшим глазом; зябко поеживаясь, пошлепал к уборной... Мишка не стал ему мешать, дал сделать свое дело, но когда тот возвращался обратно, огибая куст, за которым пряталась его судьба, Мишка вынырнул из-под сиренника и резко ткнул дулом под левую лопатку Митяя:

— Пикнешь — пристрелю!

Митяй замер, хотя ноги его в резиновых сапогах заходили ходуном, а из-под трусов потекла тоненькая струйка мочи.

— Говори: чего гоняетесь за мной... Ну?! — И больно ткнул Митяя ружьем в спину.

— Это не я... Это Ерохины... Серёга...

— Отвечай: они убили брата? — Опять толчок в спину.— Ну?!

— Они... Витька с Генкой... Серега... Загнали на мотиках.

— Что ж ты, гад, на суде молчал?

— Попробуй скажи...

— А сам где был тогда?

— Дома.

— Врешь!

— Дома. Клянусь!

— Чего они от меня хотят?! Ну?!

— Тоже... загнать... А я нет, нет!

— Ты ведь, падла, гнался за мной вчера. Я же с сыном был... А вы, вы... в «коробочку»?! — шипел в яростном исступлении Мишка.

— Они силой меня... А я нет, нет! Не хотел!

— Поворачивайся! — приказал Мишка.

Бледный, весь в поту, Митяй еле развернулся к Михаилу на непослушных ногах.

— Так вот слушай,— процедил сквозь зубы Мишка.— Ты тоже там был. Когда Гришку загоняли. Был, молчи, я знаю! Когда меня загнать хотели! Сына могли убить! Так вот слушай: Кваса прибил — и всех вас уничтожу. Всех! Мне теперь терять нечего.

— Нет, нет! — закричал Митяй.

— Да,— сказал Мишка и нажал на курок.

Пуля ударила в грудь, и Митяй рухнул на землю.

И уже когда мчался Мишка митяевским огородом к ближнему сосновому бору, то слышал, каким истошным криком зашлась мать Митяя, выскочившая, видать, на выстрел во двор. Потом заголосили девки, черным матом покрывал пространство старший Митяй Носов — Миха-

ил Михайлович, потом, видно, он заскочил в избу, схватил ружье и начал палить наугад по лесу, в который нырнул Мишка; а он нырнул и был ой далеко от митяевского огорода, когда к их дому подлетели, наконец, милицейские наряды мотоциклистов. Митяй лежал посреди двора. Мертвый, в луже крови.

С этого дня поиском Мишки занималась не только местная, но и свердловская милиция. В областной и районной газетах было дано объявление: «Органами МВД и прокуратуры разыскивается особо опасный преступник Сытин Михаил Романович. Его приметы: рост ниже среднего, глаза темные, лоб низкий, губы полные, слегка выпяченные. При ходьбе косолапит. Имеет при себе огнестрельное оружие. Ранее судим за злостное хулиганство. Просим граждан оказать содействие в поисках опасного рецидивиста».

На всех районных и городских дорогах были установлены усиленные посты ГАИ. По дорогам патрулировали мотоциклетные коляски. Через неделю подключилась авиация: несколько вертолетов квадрат за квадратом прочесывали красногорские и северные леса. В доме Сытиных дежурил специальный отряд милиции с породистыми овчарками-ищейками. По улицам Северного тоже рыскали милиционеры с собаками. Овчарки, кстати, взяли след Мишки, но след довел их только до Чусовой, а затем в буквальном смысле канул в воду.

Мишка провалился, как сквозь землю.

В тот день, когда он застрелил Митяя, братья Ерохины исчезли из Северного (старший Генка — с семьей, он был женат; младший Витька — один). И никто не знал, где они скрылись-спрятались от возможной мести-возмездия.

Хоронили Серегу Кваса и Митяя Носова в один день.

Зевак набралось чуть не с половину поселка, который ульем гудел в последнее время... Каких только пересудов не слышали человеческие уши; самые невероятные слухи ходили и множились из дома в дом, разрастались и разбухали, как на дрожжах. Сначала говорили: Ерохины с дружками изнасиловали Галку, и теперь Мишка мстил им. Потом засомневались: как же изнасиловали, когда она была на сносях... Нет, она родила, возвращалась из роддома на Красную Горку, тут ее дружки эти перехватили и убили вместе с сыном... Но тут выяснилось: Галка жива, как жив и новорожденный, находятся оба в роддоме под бдительной охраной милиции. Тогда поползли слухи: расправились дружки с Романом Степановичем Сытиным, подкараулили на красногорской тропе и затоптали мотоциклами. Будто видел Семка Сопрыкин, как пласталась драка на дороге,— чуть не подавил всех чохом на ЗИЛе. Потом прояснилось: дрался-то не отец Сытиных, а сам Мишка. Отец-то, говорят, просто помер от разрыва сердца, когда узнал, что натворил старший сын. Но кто-то сказал: нет, Степан Романович жив, видели его милиционеры, допрашивали, это мать Мишки Вера Аристарховна не выдержала, отдала богу душу... шутка ли, пережить такие передряги за последние годы! Но и это оказалось неправдой: Вера Аристарховна жива, но лежит, правда, пластом в постели; кажется, паралич ее ударил... И вот Мишка-то совсем озверел, бьет этих супостатов направо и налево из ружья, и пока всех, сказал, не перестреляет — не успокоится... Да и то, как тут их перестреляешь, антихристов, когда столько милиции понаехало, вертолеты летают, овчарки рыщут, мотоциклы шугают; ему, сердешному, и деваться некуда, обложили, как волка флажками, вот он вконец и оскалился... А как не оскалишься? Сначала брата прибили,— тут милиции не было, все шито-крыто осталось: сам, мол, Гришка на мотоцикле разбился; потом и самого Мишку осудили: четыре года отсидел ни за что, сердешный, и вон сколь осталось-то, несколько дней до свободы, а его опять гоняют супостаты эти, Галку стращают, чуть старшего сынка их вместе с Мишкой в могилу не загнали, но Мишка не дался, даром, что ли, в десантных войсках служил да четыре года казенный хлеб в неволюшке жевал...

Так ли, этак ли, но общая картина происшедшего постепенно прояснялась, и большинство посельчан, как ни странно, находилось на стороне Мишки Сытина. Хотя, конечно, к семье Сытиных, как и вообще ко многим красногорским, отношение северян было настороженное: Красная Горка — дело заведомо ясное: куркули, «хозяева», единоличники... С давних пор повелось недолюбливать деревеньку, стоявшую на отшибе от общей столбовой дороги. А к Сытиным так вовсе особое отношение, с войны еще тянулось, с того, как тёмно и загадочно воевали братовья Сытины — Алешка и Степан: один так и сгинул неизвестно где, то ли в плену, то ли в местах похлеще, а Алешка хоть и вернулся, да шлепнули его тут, как собаку, за разбой да насилие, Азбектфан шлепнул, тоже, правда, мрачная душа, и зарыли после этого Алешку Сытина обочь кладбища, а не как заслуженного бойца победоносной армии... Ну, да это ладно, дело прошлое, темное, а Мишка-то Сытин чем провинился, что весь грех семейный тащит на себе? Парень хоть потаенный, нелюдимый, но плохого за ним не водилось, пока вот не загнали его брата, Гришку, в могилу... Тут Мишка не выдержал, мстить стал за брата, и влепили ему по-хитрому четыре года... А теперь уж что, на «химию» вышел, отсидел почти — и вот на тебе: опять антихристы эти на пути... Что делать-то? Душа-то не железная, не выдержал: одного шлепнул, второго... туда им и дорога!

Одним словом, прощали; прощали Мишку Сытина поселковые жители, как ни странно это покажется. Потому что они-то, поселковые, ой настрадались от этих хулиганов, от всей этой братии Ерохиных с дружками. Ведь какие они дела творили — все им сходило и сходит с рук. Уж даже то, что изнасиловали семидесятитрехлетнюю старуху Дементьевну, а потом сожгли ее вместе с неказистым старухиным домишком,— даже это сошло с рук: за недоказанностью улик... Что и говорить о таких мелочах, как бесконечные драки, террор молодежи, выворачивание чужих карманов, лишь бы наскрести на очередную бутылку, а потом устроить пьяное побоище... И удивительное дело: посельчане

ненавидели их — и в то же время буквально заискивали перед ними. Старший-то из братьев, Генка Ерохин, тот особенной жестокостью отличался (уж и женат, и сын есть, а все равно — горбатого, видать, только могила исправит): заставлял маленьких пацанов дерьмо есть, если те не нашмонают вовремя денег на выпивку. А чем их прельщал? Давал на мотоцикле покататься... Что мальчишкам-то нужно? Родители у каждого не из богатых, ни на мопед, ни на мотоцикл денег не наскребешь (да и кто им, одиннадцати-, двенадцати-, тринадцатилетним мотоциклы покупать будет?!), а тут — на, катайся... Да пацаны за такую щедрость и роскошь готовы лоб расшибить, собственную мать ограбят, если прикажут, лишь бы до одури накататься на заветных колесах. Да и это бы еще ладно. Но они ведь, Ерохины с дружками, портили, гнули, ожесточали детские душонки, а это похуже вымогательства денег...

Вот за что ненавидели их в Северном особенно люто — что детишек губили, малолетнее поколение подминали под себя.

И процессия, которая тянулась за двумя покойниками по улицам Северного, была поэтому неустойчивая, шаткая: то кто-то присоединится к ней, какие-нибудь сторонние зеваки и любители острых ощущений, то, наоборот, покидали ее — из тех стариков и старушек, кто отдал дань человеческому, памяти убитых, а провожать до конца на кладбище не захотел, сил не было.

Да и что смерть Сереги Кваса и Митяя Носова для большинства людей?

Как ни крути — чужая смерть. Те, к кому не лежит душа при жизни, могут ли рассчитывать на душевную тягу по смерти своей?

Больше других убивалась, конечно, мать Сереги Кваса; для нее, маленькой согбенной старушки, Серега был истинным смыслом жизни, потому что он — единственный ее сын. Всю свою женскую бобылью жизнь она прожила в одиночестве: неказистая, некрасивая, сухонько-плоская, с востреньким носом и быстрым, как бы юрким взглядом мелких пронзительно-острых глаз, Лукериха Квас отличалась недюжинной силой (могла одна ворочать огромные бревна: извернется, взвалит на правое плечишко тяжелую лесину и тащит к себе в дом — в хозяйстве все пригодится); муж ее погиб в последнюю войну, и вот лет двадцать после того жила Лукериха полной бобылихой, а потом бац — затежелела. И главное — незнамо от кого. После, когда родился богатырь — Серега, поселковые бабы долго судили-рядили: кто бы это мог быть отцом? Вспоминали: то вроде у нее плотники устраивались на постой, то и шоферы иной раз искали ночлег у одинокой бабы — но так и не открылось, от кого родила Лукериха. И ведь когда родила? — когда полвека на свете прожила, вот молодуха — так молодуха... Растила Серегу одна — всё ему, всё ради него. Домишко мелкий, наполовину вросший в землю, крохотный огородишко, дворик с куцый заячий хвост — всё, казалось, в хозяйстве Лукерихи было ей под стать, позже и пенсия такая же выдалась — с куриный нос, тридцать семь рубликов, а вот сын — ну нет, тот из другого теста пошел: крупный, мощный, носатый, глазастый, с бычьей шеей, он, казалось, сам дом матери подмял под себя, как подминает дуб чужую поросль. Рос, как трава, а жил, как трутень. День и ночь Лукериха по хозяйству колотится, пусть и малому; а Серега — как барин, только покрикивает, а то и поколачивает мать, когда совсем в силу вошел. Странную картину нередко наблюдали посельчане: мать свою в пьяном гневе Серега частенько выбрасывал в окно — на огородные гряды; или в другой раз она скатывалась по ступенькам крыльца во двор от широкого его движения плечом. Лукериха все сносила безропотно, как мышка. Но еще удивительней было наблюдать иное: когда вусмерть пьяного сыночка находила Лукериха где-нибудь под забором или в луже у винного магазина, наклонялась над ним, извертывалась и чудом взгромождала его могучее тело на узенькое плечишко; а там, пошатываясь на детских старушечьих ножках в полусапогах на босу ступню, тащила Серегу, как бревно, домой — тоже, видать, в хозяйстве пригодится, как подшучивали посельчане.

Ну и вот — какая отрада в таком сыночке?

А видать, не только отрада, но и весь смысл жизни в нем, в бедолаге, бездельнике и хулигане, иначе бы и зачем старухе тащить такой воз на себе? Бог ее наградил: пока есть сын — и в тебе живут питательные соки, а нет его — зачем тогда и жить? (И неудивительно: Лукериха после смерти Сереги прожила ровно сорок дней; а как рассталась его душа с землей, так и старушка отправилась вслед за сыном.)

Вот потому-то больше других и убивалась Лукериха, идя за гробом Сереги Кваса: тут не только его жизнь кончилась, тут и ее земной путь оборвался, она чувствовала это. И убивалась она не так, чтобы рвать на себе волосы, причитать безумным криком или стучаться головой о крышку сыновьего гроба; нет, не так. А шла, как сгоревшая восковая свеча: черная, вконец истлевшая. Казалось, ничего живого в ней не осталось, и тела не было — одна сухонькая оболочка, только вот в глазах еще теплилась искорка огня, и то не здешнего, а потустороннего, безумного, будто она шла, шла, сама не понимая, где она, что с ней, куда идет... Так что неспроста, конечно, решили северяне, что больше других убивалась по смерти сына мать Сереги Кваса — Лукериха.

Убивалась и мать Митяя Носова, но совсем по-другому; вот она-то кричала-причитала во весь голос, заливалась белугой, иной раз повисала на руках женщин, которые поддерживали ее и упрямо вели дальше, на кладбище, где зароют Дарьиного сына в могилу — и тогда всё, всё... и ужас охватывал Дарью, смертный оболок, и так она тут начинала биться в руках, что упаси боже и пережить, и смотреть на такое... Выли и сестры Митяя, три девки мал мала меньше, но, пожалуй, не столько по брату они голосили, сколько от мистического страха, который охватывал их, совсем еще малолетних... Митяй был намного старше сестер, внимания на них никогда не обращал, изредка только награждал затрещинами, а то и бил, если попадали под горячую руку, так что горевали сестры скорей всего от страха и испуга, а не из любви или жалости к брату.

Но самым странным в похоронной процессии выглядел старший Митяй Носов — Михаил Михайлович; с вечера еще крепко выпивший, а с утра изрядно опохмелившийся, он в этот послеполуденный час производил впечатление человека блаженного от непонятной эйфории, охватившей его. Нет, он, конечно, понимал, что должен быть серьезен, печален, задавлен горем и потерей сына, но совершенно не мог управлять своим состоянием: на него исподволь накатывала некая восторженность, святотатское блаженство, с которым он ничего не мог поделать. Такой же, как и сын его,— высокого роста, сутуло-горбящийся, покрытый красновато-нарывающими фурункулами, Михаил Михайлович Носов (в народе — просто старший Митяй) шел за гробом сына со странно-смущенной и все-таки блаженной улыбкой, которая кривила его рот сама по себе, непроизвольно, и ничего нельзя было поделать с этим. Кто-то в толпе решил: видать, слегка чокнулся старший Митяй. Но сам-то в себе Михаил Михайлович знал правду: да, да, были в нем радость и облегчение, что нет больше сына, как это ни дико и ни странно представить. Потому что хоть он и отец, но столько издевательств (особенно тайных), сколько он перенес от сына и его дружков, вряд ли кто знал в жизни. Главное для них удовольствие было: поставят старшего Митяя к стенке в сарае, рядом будильник, как только будильник зазвонит — папаша должен стрелой мчаться куда хочет и через полчаса, не больше, принести бутылку водки, в крайнем случае самогона. Не принесет — ставят папашу «к стенке», теперь по-настоящему, и начинают бить. Наглей и увесистей всех бил сын, младший Митяй, а если, бывало, папаша падал без чувств, когда за него брались другие, тогда именно Митяй притаскивал ведро воды и окатывал папашу с головы до ног ледяной водицей. Снова ставили к стенке, снова — рядом будильник, и как только вздрогнет стрелка на нужной цифре, часы — в звон, а папаша — руки в ноги и бежать, искать бутылку хоть под землей. А иначе...

И вот он шагал сейчас, Михаил Михайлович Носов, за гробом сына, хоть и горевал, мучился и страдал, а все-таки не мог удержаться от пьяной блаженной бессознательной улыбки, которая непроизвольно кривила рот...

А как пришли на кладбище, там как-то все перемешалось в совершенно другой клубок: и черная, сгоревшая, восковая фигурка Лукерихи, и плач-причитания Дарьи, и завывание митяевских девок, и странно-юродивая, блаженная улыбка Михаила Михайловича, и безразличье к процессии большинства северян — все перемешалось и утратило свой смысл, потому что два гроба опустили в могилы, засыпали землей и заложили свежую копанину грубыми цветастыми венками.

Только это и осталось после жизни Сереги с Митяем — яркие бумажные венки.

Продолжение следует.

3. Комментарии к учредительным документам по созданию АО.

Раздел II. ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ.

● Часть 1. Особенности создания и деятельности ЛТД; сравнение с АО.

1. Закрытый характер ЛТД.
2. Особенности формирования уставного фонда.
3. Ограничения на продажу (передачу) вклада в уставной фонд.

● Часть 2. Типовые учредительные документы по созданию обществ с ограниченной ответственностью, комментарии к ним.

Приложения.

Включены формы, использование которых необходимо на подготовительном этапе создания АО и ЛТД, на этапе регистрации (формы временного свидетельства о внесении пая, учета акций, протокола учредительной конференции, заявления о регистрации).

Объем пакета документов — 10 печ. листов

Цена пакета документов — 220 руб.

Срок выпуска — март 1991 г.

Пакет типовых документов с комментариями «ТОВАРНАЯ БИРЖА. СОЗДАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ».

Авторы пакета документов — ведущие специалисты АН СССР, Всесоюзного научно-исследовательского конъюнктурного института, МГУ им. М. В. Ломоносова — хорошо практически знают деятельность товарных бирж за рубежом, участвовали в разработке учредительных документов первых бирж в Москве и Ленинграде, а также проектов советского биржевого законодательства.

Содержание пакета документов:

1. Основные принципы биржевой торговли в СССР.
2. Учредительное соглашение о создании и деятельности товарной биржи.
3. Устав товарной биржи.
4. Положение о брокерских конторах и брокерах.
5. Положение об арбитражной комиссии.
6. Положение о котировальной комиссии.
7. Положение о расчетной палате.
8. Положение об информационно-справочном отделе.
9. Положение об экспертном бюро.
10. Положение о регистрации сделок и регистрационном бюро.
11. Правила ведения биржевой торговли.
12. Порядок расчетов по биржевым операциям.
13. Биржевая котировка цен.
14. Порядок осуществления товарообменных операций.
15. Типовой биржевой контракт.
16. Словарь основных биржевых терминов.

Помимо перечисленных документов в пакет входят Рекомендации по организации торговой биржи.

Объем пакета документов — 10 печ. листов.

Цена пакета документов — 250 руб.

Срок выпуска — март 1991 г.

Пакеты документов издательство высылает почтой. Стоимость почтовой пересылки входит в цену изданий.

Если Вас заинтересовало наше предложение, Вы можете заказать предлагаемые пакеты документов, выслав копию платежного поручения в издательство «Экономика» по адресу: 121864, Москва, Бережковская набережная, 6

Наш расчетный счет № 362109 в Киевском отделении Промстройбанка г. Москвы.

Все справки и дополнительную информацию можно получить по телефону 240-48-72.

СПЕЦПОСЕЛЕНЦЫ

В конце 1952 года 9-е управление МГБ СССР, в ведении которого находились спецпоселенцы, провело подробную их перепись. Вплоть до недавнего времени материалы этой переписи были скрыты от исследователей. Теперь, когда доступ к ранее засекреченным архивным документам значительно облегчился, появилась возможность открыть еще одну трагическую страницу нашей истории. Приводя результаты переписи, мы никак их не комментируем: факты здесь красноречивее слов.

КОНТИНГЕНТЫ СПЕЦПОСЕЛЕНЦЕВ (на 1 января 1953 г.)

Спецпоселенцы	Состояло на учете (чел.)	в том числе		
		находилось в наличии	числилось в розыске	было арестовано
1	2	3	4	5
НЕМЦЫ	1 224 931	1 209 430	834	14 667
выселенные	855 674	846 340	642	8 692
репатриированные	208 388	203 796	147	4 445
местные	111 324	110 332	25	967
мобилизованные	48 582	48 001	20	561
другие	963	961	—	2
С СЕВЕРНОГО КАВКАЗА	498 452	489 118	107	9 227
чеченцы	316 717	310 630	78	6 009
ингуши	83 518	81 100	21	2 397
карачаевцы	63 327	62 842	7	478
балкарцы	33 214	32 887	1	326
другие	1 676	1 659	—	17
ИЗ КРЫМА	204 698	199 215	333	5 150
татары	165 259	160 734	207	4 318
греки	14 760	14 486	33	241
болгары	12 465	12 193	18	254
армяне	8 570	8 310	44	216
другие	3 644	3 492	31	121
«ОУНОВЦЫ»	175 063	171 566	358	3 139
ИЗ ПРИБАЛТИКИ в 1945—1949 гг.	139 957	138 337	162	1 458
литовцы	81 158	80 189	157	812
латыши	39 279	38 911	3	365
эстонцы	19 520	19 237	2	281
ИЗ ГРУЗИИ в 1944 г.	86 663	86 100	55	508
турки-месхетинцы	46 790	46 516	39	235
курды	8 843	8 694	11	138
хемшилы	1 397	1 385	—	12
другие	29 633	29 505	5	123
КАЛМЫКИ	81 475	79 376	59	2 040

1	2	3	4	5
С ЧЕРНОМОРСКОГО ПОБЕРЕЖЬЯ	57 142	56 858	5	279
греки	37 352	37 188	1	163
«дашнаки»	15 486	15 395	3	88
турки-месхетинцы	1 794	1 778	1	15
другие	2 510	2 497	—	13
«ВЛАСОВЦЫ»	56 746	39 872	618	16 256
ПОЛЯКИ	36 045	35 820	6	219
ИЗ МОЛДАВИИ в 1949 г.	35 838	35 414	14	410
ПО УКАЗУ от 2 июня 1948 г.	27 275	25 061	51	2 163
БЫВШИЕ КУЛАКИ	24 686	24 391	85	210
КУЛАКИ ИЗ ЛИТВЫ в 1951 г.	18 104	18 097	2	5
ИЗ ПРИБАЛТИКИ в 1940—1941 гг.	14 301	14 061	63	177
ИЗ ГРУЗИИ в 1951—1952 гг.	11 685	11 679	—	6
ИЗ МОЛДАВИИ в 1940—1941 гг.	9 793	9 727	5	61
ИЕГОВИСТЫ	9 363	9 324	1	38
ИЗ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ и РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ в 1942 г.	6 057	6 046	—	11
ИЗ ЗАПАДНЫХ ОБЛАСТЕЙ УССР и БССР в 1940—1941 гг.	5 592	5 588	—	4
«ФОЛЬКСДОЙЧ» и ФАШИСТСКИЕ ПОСОБНИКИ	4 834	4 674	33	127
ИРАНЦЫ	4 707	4 665	4	38
«АНДЕРСОВЦЫ»	4 520	4 515	1	4
КУЛАКИ ИЗ БССР в 1952 г.	4 431	4 431	—	—
БАСМАЧИ	2 747	2 735	—	12
КАБАРДИНЦЫ	1 717	1 672	7	38
КУЛАКИ ИЗ ЗАПАДНЫХ ОБЛАСТЕЙ УССР в 1951 г.	1 445	1 445	—	—
ИЗ ПСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ	1 356	1 351	—	5
КУЛАКИ ИЗ ИЗМАИЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ в 1948 г.	1 157	1 153	—	4
«ИСТИННО ПРАВОСЛАВНЫЕ ХРИСТИАНЕ»	995	901	2	92
С ИРАНСКОЙ И АФГАНСКОЙ ГРАНИЦ	916	916	—	—
ПО УКАЗУ от 23 июля 1951 г.	591	585	3	3
ИНТЕРНИРОВАННЫЕ С ТЕРРИТОРИИ ПОЛЬШИ	74	74	—	—
ИТОГО:	2 753 356	2 694 197	2 808	56 351

Спецпоселенцы проживали в 49 республиках, краях и областях. Вот наиболее крупные места их расселения:

Казахская ССР — 988 373 человека
Узбекская ССР — 188 689
Красноярский край — 151 502
Киргизская ССР — 143 638
Алтайский край — 138 586
Кемеровская область — 121 598
Новосибирская область — 110 164
Иркутская область — 91 945
Омская область — 87 309
Томская область — 80 093
Свердловская область — 77 460
Тюменская область — 68 679
Челябинская область — 52 997
Таджикская ССР — 46 392

Приведенные сведения требуют все же некоторых пояснений.

В 30-х — 50-х гг. спецпоселенцы находились на учете одного и того же отдела, название которого время от времени менялось: 1931—1934 гг.— Отдел по спецпереселенцам ОГПУ, 1934—1940 гг.— Отдел трудовых поселений ГУЛАГа НКВД СССР, 1940—1941 гг.— Управление исправительно-трудовых колоний и трудовых поселений ГУЛАГа НКВД СССР, 1941—1944 гг.— Отдел трудовых и специальных поселений ГУЛАГа НКВД СССР, 1944—1950 гг.— Отдел спецпоселений НКВД — МВД СССР, 1950—1953 гг.— 9-е управление МГБ СССР, 1953—1954 гг.— Отдел «П» МВД СССР, с октября 1954 г.— 4-й спецотдел МВД СССР.

Следует иметь в виду, что не все депортированные народы и группы людей, подвергавшиеся выселению, являлись спецпоселенцами. В 1952 году была проведена перепись только тех, кто состоял на учете 9-го управления МГБ СССР и на кого распространялось действие постановления СНК СССР от 8 января 1945 г. «О правовом положении спецпереселенцев». Это постановление не распространялось на значительные массы людей, в разное время подвергавшихся депортациям и к моменту проведения переписи лишенных возможности вернуться на свою родину (корейцы, ингерманландцы, большинство выселенных в 1937 году из Закавказья и некоторые другие).

«Оуновцами», о которых упоминается в переписи, назывались те, кто имел отношение к Организации украинских националистов (ОУН) — бандеровцы, мельниковцы и т. п. Выселение «оуновцев» из Западной Украины происходило в 1944—1952 гг.

«Дашнаками» в документах 9-го управления МГБ СССР именовались лица армянской национальности, выселенные в 1949 г. с «Черноморского побережья» (чисто условное обозначение региона, куда входили Грузинская, Азербайджанская, Армянская ССР, Черноморское побережье Северного Кавказа и Крыма).

Среди спецпоселенцев контингента «власовцы» было много побывавших в фашистском плену советских офицеров, которым за сам факт попадания живыми в плен было установлено наказание в виде спецпоселения (к Власову и ему подобным они в массе своей не имели никакого отношения). В 1951—1952 гг. было освобождено около 93,5 тысячи спецпоселенцев контингента «власовцы» по отбытии установленного им 6-летнего срока спецпоселения.

А что это такое — Указ от 2 июня 1948 года? Он установил ответственность за уклонение от общественно-полезного труда и за ведение паразитического образа жизни в сельском хозяйстве. Выселялись, как правило, колхозники за невыработку обязательного минимума трудодней.

Требует объяснения и термин «бывшие кулаки». Основная масса крестьян, раскулаченных и выселенных во время коллективизации в 1929—1933 гг., была впоследствии снята со спецпоселения. За период с 1 июля 1938 г. по 1 января 1953 г. численность этого контингента спецпоселенцев сократилась с 997 329 до 24 686 человек (без оставленных на спецпоселении по национальному признаку и отнесенных к другим контингентам спецпоселенцев — к немцам, калмыкам, чеченцам и др.).

Среди спецпоселенцев фигурируют иранцы, «андерсовцы», басмачи, а также высланные с иранской и афганской границ и по указу от 23 июня 1951 года. Иранцы были выселены из Грузии в 1950 г. «Андерсовцы» — бывшие военнослужащие польской армии Андерса, прибывшие в конце 40-х годов по репатриации в СССР из Англии (в 1951 г. были выселены вместе с семьями). Басмачами назывались бывшие участники басмаческого движения, выселенные в 1950 г. из Таджикистана.

В 1937 г. было осуществлено выселение «неблагонадежного элемента» из пограничной полосы на территории Армянской, Азербайджанской, Туркменской, Узбекской и Таджикской ССР. На спецпоселение попала только незначительная часть выселенных, большинство было расселено вне зон действия спецкомендатур НКВД.

Указ от 23 июля 1951 г.— об ответственности за уклонение от общественно-полезного труда и за ведение паразитического образа жизни. Выселялись, как правило, за бродяжничество и попрошайничество.

В. ЗЕМСКОВ

ИНВАЛИД: о нём и для него



О незавидной участи наших инвалидов, окруженных заботой Минсобеса

НА ЛИПОВОЙ НОГЕ...

Сегодня примерно каждый десятый житель Земли — инвалид, и с каждым годом их становится все больше. А из десяти инвалидов трое — дети. Такова статистика ООН. Что же касается нашей страны, то цифр по этому поводу у нас нет. Но, думаю, что даже самые худшие предположения будут недалеки от истины. Из-за низкого качества отечественных протезов миллионы работоспособных людей не только не могут реализовать свои возможности, но даже не в состоянии воспользоваться благами цивилизации. Дело в том, что инвалиды и протезисты живут хоть и в одной стране, но как бы в разных измерениях. И интересы у них, конечно, тоже разные.

Еще в детстве после серьезной травмы мне ампутировали нижнюю треть правой голени. И тогда же, в начале 50-х годов, на Московском протезно-ортопедическом заводе имени Карла Маркса мне изготовили кожаный протез. Пользуясь им, я научился и танцевать, и бегать, и кататься на коньках, и ходить на лыжах, и даже прыгать с трамплина. Не для того, чтобы доказать кому-то что-то. Просто мальчишке в двенадцать лет все это было необходимо, как воздух. При этом, конечно, и горящая огнем, сбитая в кровь культя, и спасительная холодная вода тоже были. Но, равняясь на героя-летчика А. П. Маресьева, я считал, что так и должно быть. Теперь уже не считаю...

Однажды заехал я на протезное предприятие. Возле кабинета № 26 (недобрую память о нем поясню позже) увидел трех молодых парней в креслах-каталках. У всех троих — по пустой штанине. Лица усталые, глаза грустные. Познакомились, разговорились. Служили в Афганистане. В Москве впервые. И делают им теперь первые в их жизни протезы голени. У двоих сняли мерки два с половиной месяца назад, у третьего — месяц. «Чудо техники» еще не готово, идут примерки. Ребята сидят в коридоре уже около двух часов. Когда позовут в кабинет — неизвестно: сейчас персонал на обеде. Значит, вернутся парни в свой госпиталь не раньше, как к ужину. Без обеда.

Так вот, историю свою я рассказываю и для них.

Итак, первое мое «чудо техники» вскоре стало разваливаться по всем своим «чудесным» швам. Нередко бывало так. Получу новый протез. Иду играть в футбол. Увлекусь. Очередной удар по мячу — треск. Лежу на земле, а рядом кусок моей новой ноги. Друзья помогут добраться до дома, и назавтра, нацепив латаный-перелатаный

старый протез, ковыляю на завод. Путь неблизкий — из подмосковного Пушкино в район столичного метро «Аэропорт». Заводские специалисты-протезисты, мастера и техники в белоснежных халатах с широкими и глубокими накладными карманами подолгу рассматривают обломки, сочувствуют, совещаются. Починить, конечно, можно, но надо оставить на несколько дней, а то и на недельку. Как же быть, если на старом-то и до дома обратно едва доберусь? Ну, походи пока на костылях... Работы невпроворот!

Не сразу до меня дошло, что эти разговоры — своеобразный ритуал, подталкивающий недогадливого клиента к верному решению: сунуть в накладной карман белоснежного халата трешку, пятерку или червонец — в зависимости от объема ремонта. Не догадаешься — впрямь неделю на костылях пропрыгаешь. Догадаешься, никаких разговоров: сразу за дело. Правда, через пару недель повторится та же история. Через месяц-другой — опять... До тех пор, пока не появится акт о досрочном списании отслужившего «чуда техники», в связи с чем необходимо досрочно изготовить следующее.

В коридоре на видном месте специальный стенд крупными буквами извещал, что протез выдается человеку на три года. Но в течение почти двадцати лет, пока мне делали сначала кожаные, а затем деревянные протезы, ни один из них не прослужил этих двух лет. Все были списаны по акту намного раньше, а некоторые даже в первые месяцы службы. Потому-то все эти годы, отправляясь на студенческую практику или строительную целину, в служебную командировку или в лыжный поход, я укладывал в чемодан или рюкзак запасную ногу. Менял, можно сказать, как перчатки, те протезы, которые заводские специалисты не успевали толком подогнать. Научился не обращать внимания на кровавые мазоли. Постепенно они трансформировались в инфильтраты и трофические язвы. Так я вновь очутился на хирургическом столе. И затем еще раз, и еще, и еще... Пока медицинские светила, прежде всего врачи и консультанты протезного завода, не предложили реампутацию, то есть еще раз укоротить мою уже укороченную ногу. К счастью, среди них был один хирург, самый молодой и наименее именитый — всего лишь кандидат в кандидаты медицинских наук, позволивший себе не согласиться с единодушным мнением светил. Этот хирург-травматолог не был протезистом. Тем не менее он-то и заподозрил, что главная причина моих злоключений — в протезе, сделанном неправильно.

По совету профессора ЦИТО другой, «исцеляющий» протез сделал мне Е. В. Варварин. Его изделие намного быстрее прижилось, стало очень удобным и прослужило впервые почти два года. Разумеется, к хирургам обращаться все это время надобности не было. Но все же подошло время делать следующий протез, а Варварина в тот момент на заводе не оказалось. И повторилась старая история: кровавые мазоли, инфильтраты... Значит, главный вопрос действительно чисто технический? А я-то кто? Дипломированный инженер-механик, выпускник МВТУ имени Баумана. Почему бы мне не бросить вызов этому протезному предприятию, его авторитетным мастерам?

Пошел к главному конструктору, объяснил вкратце свою задумку и попросил показать чертежи, чтобы не изобретать велосипед. Оказалось, нельзя. Почему? Не понял. Хлеб, что ли, отбиваю? Альбом с нужными чертежами я все-таки нашел, внимательно его изучил, выбрал один из самых простых проектов и усовершенствовал его. Друзья-инженеры помогали.

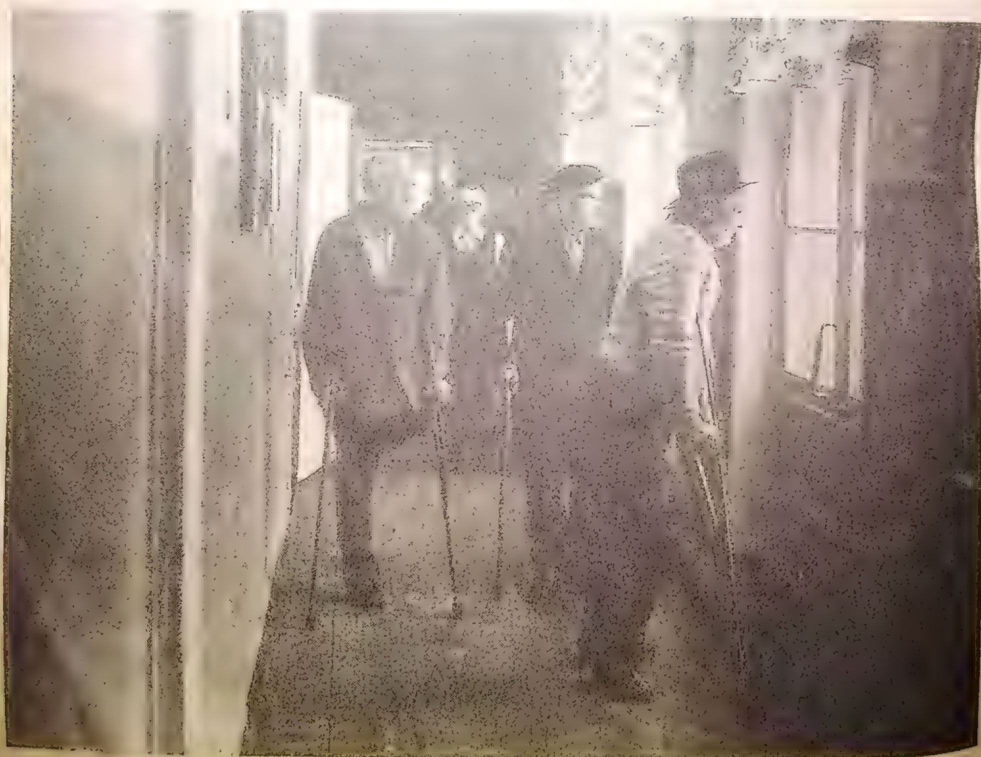
Вдаваться в технологические подробности нет смысла. Наша разработка в итоге оказалась чрезвычайно простой. Всего-то один нехитрый узелок, но из специальной износостойкой и пластичной нержавеющей стали. Кое-какие детали, менее ответственные в смысле надежности и долговечности, пригодились от старого заводского протеза. Остальные необходимые материалы нашлись в магазинах. Ну и потребовалось несколько вечеров, чтобы на кухне — за неимением мастерской — изготовить себе протез.

Встал я на новую, теперь уже действительно свою, только что не живую ногу и пошел. С оговоркой: это у меня черновой вариант, опытный образец. Похожу, «обкатаю», а потом доведу, исправлю что потребуется, может быть, и заново переделаю. Однако с тех пор прошло пятнадцать лет. И никаких серьезных поломок не случилось. И никаких исправлений, переделок не потребовалось. А дела служебные заставляли не единожды пересекать всю страну как вдоль, так и поперек. Тюменскую тундру и пески Каракумов, тайгу на трассе БАМа и скалы Тянь-Шаня — все это я прошел, не имея запасной ноги в чемодане или рюкзаке. Самодельная была достаточно крепка и надежна. И культя за эти пятнадцать лет в полном смысле вжилась в свою гильзу. Забыл о кровавых мозолях, язвах, инфильтратах. И о хирургах тоже. Танцую и бегаю, хожу на лыжах по 15—20 километров и езжу на велосипеде по 40—50. Не для того, чтобы продемонстрировать кому-то что-то, а в полное свое удовольствие. Да

и профессия моя требует полной выкладки (на протяжении двадцати лет работаю фотокорреспондентом — сперва в «Комсомолке», сейчас в «Правде»), в частности, ходить не менее десяти километров в день пешком. И никаких проблем — ни технических, ни медицинских...

Однажды подумалось: техника-то за прошедшие годы, должно быть, шагнула далеко вперед, и, возможно, на новом современном оборудовании выпускаются протезы получше того, что я сделал себе на кухне. Поеду, поинтересуюсь... Обратился, как положено, в регистратуру. Оказалось, что меня тут уже и не числят... в живых. Пришлось открывать новое личное дело. Так предстал я в кабинете № 26 перед врачом-протезистом и тремя мастерами-техниками. Все в белоснежных халатах с широкими и глубокими накладными карманами. В разговоре с ними выяснилось что появилась за это время новинк[illegible] пластмассовый протез голени. Но [illegible] у меня, оказывается, по длине нес[illegible]дартная. Хирурги маловато отрезали [illegible] такая установка (или рекомендация): при ампутации придерживаться о[illegible] мерок — для удобства в дел[illegible]ния...

Набрался выдержки, чтобы достаточно вежливо навсегда попрощаться с обитателями кабинета № 26. Зашел к ремонтникам взять для своего протеза стопу, которую самому на кухне не смастерить. В пятидесятых годах разновидностей этой детали было видимо-невидимо. На удивление примитивных и до ужаса некачественных. Я их все перепробовал и менял еще чаще, чем перчатки, пока не появилась так называемая резиновая стопа. Она резко отличалась от предыдущих. Это было то, что надо. Свой узел крепления на самодельной ноге я сконструировал именно под резиновую стопу. И затем по мере ее износа просил у ремонтников новую. Мне безоговорочно давали, но только одну: больше не положено. Резиновые стопы «работали» до года, что меня устраивало. А вот та, которую я получил в последний раз, буквально через пять-шесть дней стала болтаться и еще через два дня вовсе отвалилась. Подумал, случайность. Поехал на завод, взял новую, поставил. Через неделю опять развалилась. В[illegible] третью — то же самое. В чем дело? Оказывается, в новой стопе есть... липа. Тот вкладыш, который раньше изготавливался из достаточно прочных пород дерева, кто-то [illegible]ался заменить на вкладыш, изго-



ДОМ ДЛЯ ПРЕСТАРЕЛЫХ.

товленный из липы. А кто-то, не задумываясь, санкционировал замену в массовом порядке. Вот уж нарочно не придумаешь: липа в прямом и переносном смысле!

Не дает покоя вопрос: как ухитряется протезная промышленность страны оставаться на обочине научно-технического прогресса, из десятилетия в десятилетие продолжая лепить из липы «липу»? Впрочем, «липа» бывает не только из липы. Помню, видел на витрине головного в отрасли протезного предприятия образец очередной новинки — протез голени из пластмассы и металла. Показан он в разрезе, потому на виду все его узлы и шарниры. Мне как инженеру совершенно ясно: липа ведь это, товарищи протезисты. Металлопластмассовая липа!

Очень хочется прямо спросить специалистов-протезистов: что мешает вам делать легкие и удобные, прочные и долговечные протезы?

Пожалуются они, очевидно, что нет соответствующих материалов. Разрешите тогда напомнить о титане — легком, как алюминий, прочном и нержавеющем, как лучшие сорта стали. Видели штабеля ложек и вилок из этого металла? А лыжные палки, которые можно купить в обычном магазине спорттоваров?

Убежден, что никто не посмеет отказать протезной промышленности, попроси она выделить любые, самые дефицитные материалы. Никто! Да и нужно этих материалов совсем чуть-чуть. Думается, одних отходов и обрезков с производства хватило бы с лихвой. Что касается конструкции хорошего протеза, то вряд ли создать ее намного сложнее и дороже, чем тот же «Запорожец».

Кстати, о тех солдатах из Афганистана, что томились в ожидании возле памятного кабинета № 26. Когда я им сказал про свою ногу, все трое как-то странно встрепенулись, а тот, что был ближе ко мне, резко наклонился и быстрым движением руки до боли сжал мою живую голень. От неожиданности я сперва растерялся, потом сообразил, в чем дело. Да не эта, говорю, другая. Взялся за другую. Ощутив твердь, удивленно посмотрел на меня...

Скажите, чем занимаются протезисты-профессионалы два с половиной — три месяца? Изготавливают «чудо техники» прошлого века? Они только делают вид, что требует столько времени кожаный «шедевр». Я бы, скажем, с помощью Е. В. Варварина на том же оборудовании сделал всем троим парням по протезу за три дня. Не более! И обедом бы их накормил, и экскурсию бы им по Москве устроил. Чтобы через пару месяцев они и на работу пошли, и на танцы, и на свидание к девушкам. Вообще настроились на нормальную человеческую жизнь.

Правда, в последние годы наметились кое-какие перемены. Спасибо НПО «Энергия», вспомнило об инвалидах. Казалось бы, что общего между космической техникой и протезированием? Но вдумаемся: легкие, прочные, нетоксичные материалы — это же то, что нам нужно. А многие узлы механических аппаратов и роботов, действующих на Луне и Марсе, хорошо бы послужили и в протезах. Но есть серьезная загвоздка. Конечно, в «Энергии» профессионалы прекрасные, но они ведь не протезисты, и соединить железку с ногой для них проблема. Требуются врачи, специализирующиеся именно в этом. Но подготовка кадров для протезирования находится в руках Минсобеса, которому, похоже, это не нужно. Вот и ладят протезы по-старинке из липы да гвоздевой стали. А нужны пластики, композитные материалы.

Возразят: мол, а нужен ли вечный протез? За рубежом считают, что нет — техника-то совершенствуется. Да и я пятнадцать лет на своем протезе проходил и понял, что можно делать лучше. Впрочем...

Был я однажды в Австрии, в реабилитационном центре Вайссерхоф. Предложили мне там пройтись по специальному стенду, оборудованному компьютером. Машина сняла сотни характеристик, потом думала несколько минут и выдала график. Специалисты посмотрели и говорят: «Компьютер не зафиксировал у мистера Панова наличие протеза...» Они ж не знали, что я время от времени по нескольку месяцев сам подгоняю протез по ноге — культя-то живая, меняется, требуется коррекция. Но дело тут, конечно, не в моем протезе. Ясно вижу: инвалидам нужно самим о себе заботиться. Создать целую отрасль промышленности со своими предприятиями, с прибылью. После войны, кстати, была кооперация инвалидов, были артели, но в 50—60-х годах их ликвидировали, и заботу о нас взял на себя Минсобес. Что из этого вышло, известно. Вот мы и просим: верните нам предприятия. Уже даже соответствующее постановление есть на этот счет, но оно не выполняется. Никак местная промышленность не хочет расставаться с доходным делом. А ведь мы не ходим с протянутой рукой, не ждем никаких благотворительных фондов, а лишь просим: дайте сделать самим!

В. ПАНОВ

г. Долгопрудный, Московская обл.



ГОРЕ И МИЛОСЕРДИЕ.

Фото Л. ШЕРСТЕННИКОВА

«В 1987 году у нас в семье появился сын. Но радость была омрачена тем, что мальчик родился без руки. Бросить работу я не могу: нужно зарабатывать трудовой стаж для пенсии. К тому же на одну зарплату мужа вчетвером (у нас есть еще дочь) в нынешних условиях просто не проживешь. Няня нам не по карману. Вот и представьте себе картину моих попыток совместить работу с воспитанием ребенка, который не может сам умыться, одеться и т. п. Не удивительно, что многие сдают таких детей в интернаты. Но я хочу, чтобы мой ребенок жил и воспитывался в своей семье. Единственное, что прошу — какой-нибудь государственной помощи. Но, оказывается, по существующему положению мой сын не является инвалидом с детства. В собесе объясняют так — у него нет только одной конечности, вот если бы две... Жуть. Но именно поэтому пособия не положено, льгот никаких не имеем.

Мне надоело слышать отовсюду, куда бы я ни обращалась, сердитый окрик: «Не положено!» Мне надоело чувствовать себя бесправным существом, ничтожной попрошайкой. Мы, родители ребенка, честно трудимся и платим государству налоги. Так почему же это не гарантирует хотя бы минимальной помощи нашему сыну?!»

Т. ХОРОШИЛОВА,
Харьков

«Нужно, чтоб не было двух конечностей...»

Таких детей, как сын Тамары Афанасьевны, к сожалению, немало. Но сколько? Риторический вопрос. Не известно даже, сколько в нашей стране признанных инвалидов с детства. Статистики такой не ведется. Инвалиды у нас существуют только как бы в денежном выражении. Сейчас, например, в стране инвалидов с детства на сумму 250 миллионов рублей. Такой «кругленькой» эта цифра стала совсем недавно — с 1 января 1990 года после принятия Закона СССР «О неотложных мерах по улучшению пенсионного обеспечения и социального обслуживания населения». Этим документом детям-инвалидам в возрасте до 16 лет увеличили сумму пособия с 30 до 70 рублей в месяц.

Факт этот в последующих документах правительства фигурирует, как достижение последних лет. Но при этом нигде не сказано, как далек от жизни Перечень медицинских показаний, дающих право на получение пособия. Их можно по пальцам пересчитать. Для того чтобы было понятно, кого сегодня причисляют к инвалидам, приведу несколько выдержек из этого документа. Например, детей, у которых неустранимое, выраженное постоянное недержание кала и мочи; детей, у которых культи двух или более конечностей, культя бедра; слепых детей, онкологических больных, олигофренов в степени идиотии или имбецильности. Страшно это признавать, но инвалидами числятся только те дети, которым мало чем помочь можно.

Семья Хорошиловых другое дело. Им помощь нужна для того, чтобы один из родителей мог временно не работать или работать неполный рабочий день и больше заниматься ребенком, чтобы вырастить не нахлебника, не беспомощного инвалида, а полноценного человека, пусть и с физическим недостатком. Невнимание государства к таким семьям сейчас обернется в будущем большими экономическими и моральными издержками.

Ныне действующий Перечень медицинских показаний, дающих право на получение пособия, подписали в свое время от Госкомтруда СССР Ю. Е. Пак, от Минфина СССР А. Н. Каменсков, а от Минздрава СССР — никто. Минздрав спрятался за спиной этих двух ведомств, он издал приказ № 1265, которым приказал врачам принять его «к руководству и неукоснительному исполнению».

Но ведь ни для никого не секрет, как готовятся такие документы. Понятно, что в основе его лежат все-таки предложения медиков. И потом, разве Минздрав СССР не полноправный правительственный орган? Почему он должен выполнять указания других подразделений Совмина? Так мы дойдем до того, что аграрники будут диктовать предельно допустимые уровни нитратов, пестицидов и другой отравы в продуктах питания, Министерство металлургии — ПДК на вредные выбросы в атмосферу и т. д. Хотелось бы знать, когда медики начнут проявлять принципиальность в угоду здо-

ровку людей, подписывать и отвечать за документы, касающиеся их компетенции, сами?

Справедливости ради нужно сказать, что сейчас в Минздраве СССР подготовлен новый документ. На мое обращение специалист главного управления охраны материнства и детства В. И. Морозова показала заготовленный стандартный ответ на многочисленные обращения населения. Приведу его полностью.

«Работа по расширению Перечня показаний, дающих право на получение пособия по инвалидности с детства до 16 лет, Минздравом СССР закончена. В новом Перечне отсутствие или паралич одной конечности является показанием для определения ребенку инвалидности.

Поскольку расширение Перечня требует выделения значительных финансовых ассигнований, то утверждение его возможно после рассмотрения в Совете Министров СССР».

Это называется — отказывают, обнадеживая. Теперь вы поняли, уважаемые читатели, куда нужно письма писать? Медики под весь Перечень просят 500 миллионов рублей. Стало быть, к ныне выделяемым 250 миллионам нужно добавить еще столько же. А если Минфин выделит только 200 миллионов? Тогда, закрыв глаза, из этого Перечня вычеркнут любую строчку. А если не выделит ничего?..

Извините, Тамара Афанасьевна, что ничем не могу вашу семью порадовать. Единственное, что могу посоветовать,— обратитесь в управление народного образования при горисполкоме или облисполкоме. Там работают медико-педагогические комиссии, которые дают детишкам с различными аномалиями развития направления в детские дошкольные учреждения соответствующего профиля. Как объяснила мне А. А. Горшкова, специалист по детским дошкольным учреждениям для детей с различными нарушениями развития Госкомобразования СССР, давно существуют детские сады и для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, в Харькове они тоже есть.

Т. ГНИДЕНКО

Больное общество,

которое не видит и не слышит детского горя и плача матерей

Отношение к детям, имеющим нарушения физического или умственного развития, определяет уровень культуры, гуманности и милосердия людей любой национальности. В последние годы у нас в стране назрело много проблем аномального детства.

Остро стоит задача раннего выявления и строгого учета аномальных детей. До настоящего времени это делается из рук вон плохо, особенно в Средней Азии, на Кавказе, в восточных районах РСФСР.

Каков процент аномальных детей от общей детской популяции? По некоторым источникам, он оказывается разным в различных регионах, например в Прибалтике — до 7 процентов, а в Туркмении — меньше 0,5 процента. Откуда такое расхождение? Что, в Туркмении меньше аномальных детей, чем в Прибалтике? Нет, в Туркмении ими просто не занимаются. Из-за недостатков пропаганды дефектологических знаний среди населения, низкого культурного уровня, влияния религиозных убеждений многие родители скрывают детей, имеющих недостатки развития. Педагогам-дефектологам специальных школ-интернатов в Туркмении, Таджикистане, Узбекистане с трудом удается обнаружить таких, чтобы взять в эти школы, особенно в сельской местности.

Недостаточно поставлен учет аномальных детей и в центре страны. Попробуйте найти публикации об аномальных детях, сети специальных учреждений для них, решении социально-трудовых проблем.

Несколько лет тому назад Институт дефектологии академии педагогических наук СССР разработал проект новой организации диагностической службы в стране. Проект предусматривал создание постоянно действующих штатных психолого-медико-педагогических консультаций на областном уровне. В период отбора детей в специальные учреждения эти консультации должны функционировать как медико-педагогические комиссии, а в остальное время — заниматься диагностикой, консультировать родителей, оказывать помощь детским учреждениям в работе с детьми.

А как обстоит дело на практике? В стране нет надежной диагностической службы. Сейчас отбор детей в специальные учреждения осуществляют такие медико-педагогические комиссии, в работе которых недостатков больше, чем достижений. Комиссии организуются по областям на общественных началах и действуют эпизодически, как правило, весной, когда осуществляется отбор детей в специальные школы и детские сады. Ежегодно число детей, направляемых на комиссии, возрастает, и хотя по инструкции на обследование ребенка отводится около часа, фактически комиссии обследуют за день 30—40 детей и на каждого отводят 10—12 минут. Притом в комиссии нередко отсутствует психолог. Вот и судите после этого о качестве диагностики.

Особой проблемой остается организация дифференцированной сети специальных учреждений для детей с нарушениями физического или умственного развития.

Специальной педагогической помощью в учреждениях разных типов охвачено всего лишь 560 тысяч аномальных детей школьного возраста и 250 тысяч дошкольников, что составляет по нашим данным около одной трети всех выявленных детей. Из этого следует, что около 1,5 миллиона аномальных детей не получают необходимой помощи, не обучаются вовсе или находятся в неадекватных условиях, где нет специальных предметов, направленных на коррекцию недостатков развития.

Ученые нашего института разработали методики не только для воспитания и обучения аномальных детей в 16 типах дошкольных учреждений и в 8 типах школ для детей с нарушениями зрения, слуха, речи, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, но и для сети вечерних, очно-заочных специальных школ и учебно-производственных предприятий для взрослых, имеющих нарушения слуха и зрения. Не остались без внимания и дети со сложными дефектами (умственно-отсталые, слепые, слепоглухие и др.).

Уважаемые читатели журнала «Социальная защита»! Ученые Института дефектологии АПН СССР готовы выступить на страницах журнала и оказать методическую помощь родителям, имеющим детей с нарушениями развития, социальным работникам, занимающимся вопросами организации специальных учреждений. Ждем ваших писем.

Е. МАРЦИНОВСКАЯ,
ученый секретарь
Института дефектологии АПН СССР

ПИСЬМО В НОМЕР

Как жить?

В 33 года я стала инвалидом первой группы из-за осложнения после болезни. Назначили мне пенсию 88 рублей 78 копеек. Потому так мало, что не вошел заработок по совместительству. На моем иждивении сын 1977 года рождения, на которого я получаю алименты в пределах 30 рублей в месяц. После оплаты всех коммунальных услуг у нас на жизнь остается около 90 рублей. Вот я и хочу спросить, неужели при среднепрожиточном минимуме более 100 рублей мы не имеем права ни на какие доплаты? Как нам жить?

Н. Дунина.

Жаловаться опасно...

Я инвалид труда первой группы, участница войны. Парализована. Прошу помочь восстановить справедливость в пересмотре надбавки по уходу.

В 1942 году меня ранило в живот на Соловьевой переправе. Документы пошли на дно, а с ними и часть фронтового стажа. После лечения осталось 2,7 года на передовой (есть справка военкомата) и 17 лет трудового стажа. Добавили мне 15 рублей, говорят, «и этого хватит». В Министерстве социального обеспечения Татарии пообещали начислить еще меньше, если буду жаловаться.

Н. Петухова, г. Лениногорск

ВЫСТАВКА ХУДОЖНИКОВ-ИНВАЛИДОВ



Из большого числа откликов о первой выставке художников-инвалидов, прошедшей на ВДНХ, я выбрала два наиболее характерных. «Такую художественную силу, такое глубочайшее проникновение в мир природы и человека, такое жизнелюбие и понимание жизненной красоты редко можно встретить даже у здоровых, казалось бы, ничем не обделенных художников. Низкий поклон вам за радость и слезы восторга, вызванные вашим искусством».

«Как жаль, что о вас практически никто не знает: по всей ВДНХ ни малейшей информации. О вас нужно кричать на каждом углу».

Только два отклика, но в них и оценка творчества, и проблемы художников-инвалидов. Центр реабилитации инвалидов «Надежда» представил на выставке 240 произведений. Просто диву даешься, сколько активности у этих людей. Здоровые, сноровистые с ног сбиваются в поисках красок, кистей, бумаги. У инвалидов все проблемы на порядок выше, ведь многие из них с трудом передвигаются, но все же достигают цели. Например, Андрей Ермолаевич Дмитриев, чтобы получить доступ в заветный подвальчик (там магазин материалов для художников Московского Союза художников) подрабатывал вахтером в этой организации, чтобы таким образом стать в ней «своим». А вот что рассказала мне З. В. Блажко, мама художницы Наташи Блажко, которая сама себя, к сожалению, не может обслужить: «Вся наша семья с пяти утра несколько дней дежурила по очереди и отмечалась у багетной мастерской, чтобы через два месяца получить две рамы. Экспонировать свои работы негде, постоянно действующей выставки нет, люди замкнуты в своих четырех

ВПЕРВЫЕ



стенах. После первой выставки на ВДНХ у нас в доме зазвонил телефон, подзывают дочь к те лефону, у нее появился круг общения. У Наташи произошла просто революция в пс гии».

Генеральный директор ра реабилитации «Надежд В. Рогов и его единомыш ки прикрепили художников-ин валидов к художественном лону на Остоженке, в мага «Виру» (улица Остоженка, 40 открыли секцию, где продают работы своих мастеров

Мы сравниваем нашу жизн с мировым уровнем. Так в в США, например, в национальной академии художеств есть секция художников-инвалидов В МОСХе была раньше комиссия по самодеятельным художникам, но теперь она практически бездействует.

Недавно в Доме художников на Кузнецком мосту состоялась первая встреча художников-инвалидов с ответственным секретарем Союза художников СССР В. Пушкаревым. 16 лучшим участникам первой выставки художников-инвалидов на ВДНХ СССР были вручены памятные подарки. Говорилось о необходимости придать официальный статус организации художников-инвалидов и создать секцию МОСХа. Это и творческий вопрос, и вопрос самой жизни в прямом его значении — это возможность зарабатывать себе, если хотите, на кусок хлеба.

Т. КАБАНОВА



Фото С. ГУРАРИЯ



Что означает «соблюсти заповеди»

О первых четырех из десяти заповедей Божиих мы говорили в прошлом номере журнала. Они учат, как должно относиться и как следует любить Бога.

Шесть заповедей, о которых пойдет речь сегодня, посвящены отношению к ближнему.

Начиная с **пятой заповеди**, закон Божий учит любить своих ближних. Пятая заповедь гласит: «Чти отца твоего и матерь твою, да благо ти будет, и да долголетен будеши на земли». Кто почитает родителей, тому Бог обещает счастье и долгую жизнь на земле. Родителей нужно слушаться, помогать им и молиться о них Богу. В некоторых делах: воспитания, учения, руководства, в служебных и иных сферах о человеке заботятся учителя, воспитатели, руководители, начальники священники, их следует также почитать и слушаться. Почитать следует также всех старших возрастом. «Пред лицем седаго восстани и почти лице старчо, и да убоишася Господа Бога твоего» (Левит. 19, 32).

Вообще пятая заповедь требует от человека послушания. Послушание необходимо не только для сохранения общественного спокойствия и порядка, что является основой пятой заповеди. Послушание — верный путь духовного совершенствования, приближения к Богу. «Кто верует, что в руке пастыря находятся его жизнь и смерть, тот никогда не воспрекословит. Неведение же сего рождает прекословие, причиняющее духовную и верную смерть»,— писал преп. Симеон Новый Богослов. Естественно, что требование родителей, наставников или начальников, противное вере или закону Божию, выполняться не должно. Подобно Петру и Иоанну следует воспросить: «...Справедливо ли пред Богом слушать вас более, нежели Бога?» (Деян. 4, 19).

Шестая заповедь гласит: «Не убий». Ею запрещается всякое отнятие жизни у ближнего каким бы то ни было способом. Сам Господь Иисус Христос объяснил людям, что шестой заповедью, запрещающей убийство, запрещается и всякое бранное слово, всякое оскорбление, всякий напрасный гнев. Этим люди обижают других, обида огорчает, вредит здоровью и сокращает жизнь. Всякое ругательное слово наводит на грех того, кого ругают, и на беду самого ругателя. Святой Макарий говорил: «Злое слово приводит ко злу и добрых людей, а доброе ведет и злых к добру».

Убийство невольное, совершенное без намерения, нечаянно, также есть нарушение шестой заповеди, так как его могло бы не произойти, будь приняты соответствующие меры осторожности.

Нарушениями шестой заповеди являются кроме того:

осуждение заведомо невинного судом;

укрытие, помощь, освобождение людей со злой волей, способных или готовящих убийство;

неоказание помощи бедствующим, го-



лодным, бездомным, странным; неизбавление от смерти;

сокращение чьей-либо или своей жизни невоздержанием в различных порочных страстях;

самоубийство;

дуэль, поединок;

убийство духовное, то есть введение ближнего в соблазн неверия или беззакония и тем подвержение его души духовной смерти;

внутреннее убийство, то есть ненависть. «Всяк ненавидящий брата своего человекоубийца есть» (1 Ин. 3,15).

Таким образом, шестая заповедь призывает людей помогать бедным, служить больным, утешать печальных, облегчать страдания несчастных и обездоленных, со всеми обходиться кротко, любовно, внимательно и назидательно, мириться с гневающимися, прощать обиды и благотворить врагам.

К нарушению этой заповеди относятся также аборты и пособничества им.

Седьмая заповедь гласит: «Не прелюбы сотвори». Любить нужно всякого человека как себя, ибо все люди одинаково созданы по образу и подобию Господа. Любить следует больше душу человека, а не тело, так как именно в душе человеческой содержится образ Божий. Любовь телесная, плотская направлена к телу и забывает о душе. Человек, увлеченный телесной красотой, переоценивает ее, любит ее обладателя эгоистически, из корысти, из любви к себе. Забывая, что человек прежде всего образ и подобие Божие по своим душевным и духовным данным, прелюбодей принижает себе подобных до уровня скотины, обладающей телом, но не обладающей душой.

Седьмой заповедью запрещается блуд, прелюбодеяние, кровосмешение. Блуд есть беспорядочная телесная любовь между людьми, не находящимися в супружестве или чей союз не освящен церковным таинством брака. Блудник грешит своим телом, но всякий грех начинается в душе. Сначала человеку захочется согрешить, а потом он

совершает этот грех. Чтобы удержаться от блуда, нужно прогонять все греховые помыслы о телесной красоте и удерживать язык от разговоров про блудные дела. Кто думает о плотской любви, тот уже губит душу и тело. Господь объяснил седьмую заповедь: «...Всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем» (Мф. 5, 28). Прелюбодейство есть измена супружеской верности, а кровосмешение — союз, подобный супружескому, между ближайшими родственниками.

Тело человека есть храм Святого Духа, и седьмая заповедь предписывает хранить его в чистоте, в целомудрии, и при брачных узах тело должно ограждаться супружеской любовью и верностью.

Восьмая заповедь гласит: «Не укради». Любить людей следует бескорыстно, любовь обязывает помогать людям и не совершать над ними того, чего не хотелось бы себе. Грех против другого является для него обидой, огорчением, даже соблазном.

Восьмой заповедью запрещается:

кража, то есть любое присвоение чужого;

грабительство, то есть отнятие чужой вещи явно;

воровство, то есть похищение чужой вещи тайно;

обман, то есть присвоение чужого добра хитростью (например, неуплата долгов, обсчет, обмер, обвес, сокрытие краденого и т. п.);

святотатство, то есть присвоение святынь;

духовное святотатство, то есть присвоение священных должностей не по достоинству, а по корысти;

мздоимство, то есть взятие с зависимых людей платы;

тунеядство, то есть получение доходов при неисполнении обязанностей;

лихоимство, то есть несправедливое обращение в свою пользу чужого труда, чужого несчастья, бедствия, голода и т. п.

Высшим проявлением следования восьмой заповеди является нестяжание, или отречение от всякой собственности. «...Если хочешь быть совершенным, пойди продай имение твое и раздай нищим...» (Мф. 19, 21).

Девятая заповедь гласит: «Не послушествуй на друга твоего свидетельства ложна». Господь не велел осуждать людей вообще. Бог прощает, а не осуждает людей за всяких грех, и людям следует стремиться делать доброе, а не судить других. Люди не говорят про себя дурное, не следует говорить и про других. Особенно же недопустима при этом ложь. В девятой заповеди запрещена любая ложь. Всякая ложь несогласна с любовью к ближним и недостойна человека, созданного для истины.

Девятой заповедью запрещается:

ложное свидетельство, ложная жалоба;

донос;

клевета, то есть распространение лживых слухов;

порицание несправедливое;

всякая ложь;

осуждение.

Ни про кого не следует говорить лжи, а говорить же что-либо плохое, осуждать не нужно потому, что можно ошибиться, напрасно обидеть, ведь никто никого не назначал судьей другого.

Десятая заповедь гласит: «Не пожелай жены искренняго твоего, не пожелай дому ближняго твоего, ни села его, ни раба его, ни рабыни его, ни вола его, ни осла его, ни всякого скота его, ни всего елика суть ближнего твоего». Не все люди живут одинаково: одни богаче, другие беднее. Если человек доволен своим достатком, то и душа у него покойна и свободна. Душа попадает в рабство зависти, когда достаток человеку кажется мал, когда ему хочется объять многое, чем он не обладает. Завистник начинает ненавидеть людей, душа его теряет покой и гибнет. Зависть, как и всякий грех начинается в душе, пользы от зависти нет, но вреда очень много. Вспомните, к чему приводила зависть Каина, братьев Иосифа и многих других несчастных. Десятая заповедь запрещает вообще все желания, противные любви к ближнему, и не только желания, но и помышления, ибо «мерзость пред Господом помышления злых...» (Притч. 15, 26). Необходимо не допускать к сердцу никаких злых или завистливых помыслов, так как они перерастают в помышления зла, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, кражи, лжесвидетельства, хулы (Мф. 15, 19). Десятая заповедь призывает человека хранить чистоту сердца.

Десять заповедей закона Божиего велят людям любить Бога больше всего и любить людей как самих себя. Заповеди даны, чтобы легко умели отличить грех от доброго дела. Но для доброделания нужны силы, и эти силы Господь дарует через молитву и таинства, через призывание Своего имени.

Священник Валентин ДРОНОВ



ЛЕВ ТОЛСТОЙ и защита человека

***В** декабре 1909 года петербургский редактор-издатель нового еженедельного иллюстрированного журнала «Защита человека» М. Г. Болквадзе прислал Льву Толстому письмо с просьбой принять участие в журнале, Толстой обещал свое сотрудничество.*

К сожалению, статьи Толстой так и не написал, и прождав некоторое время, Болквадзе выпустил первый номер журнала «Защита человека» в июле 1910 года.

Осталось неясным, почему Толстой не смог выполнить обещание, но сам факт переписки свидетельствует о том, какое значение для обсуждения проблемы защиты человека имело мнение Толстого. В данной статье мы попытаемся реконструировать основные взгляды Толстого на социальную защиту.

Во многих произведениях Толстой высказывался по этой проблеме достаточно ясно и подробно. В статье, написанной через несколько лет после происшедшего с ним духовного переворота, «О переписи в Москве» (1882 г.), он подчеркнул, что, по мнению революционеров, шаткость нашего общественного строя связана с неравномерным распределением богатств, а по мнению консерваторов — с упадком нравственных основ. Толстой как бы суммирует оба взгляда, делая вывод, что одного перераспределения богатств недостаточно (история подтвердила правоту его слов), а для нравственного здоровья общества необходимо «любовное общение богатых, досужных и просвященных с нищими, задавленными и темными».

Эта фундаментальная позиция определяет взгляд Толстого на взаимоотношения личности и государства. Толстой предупреждал (с особенной страстью — в последнем своем романе «Воскресение»), что государство выступает внешне давящей на человека силой.

Люди могут выжить, считал Толстой, только сообща, путем добровольного объединения в общины и коммуны. Способом их совместного выживания может быть только труд как источник получения материальных благ и любовь как наиболее полноценная фор-

...человеческого общения. Скажем так, что и идея общины (близкая по представлениям народников русскому духу), и идея колхоза (но как добровольного объединения), и идея коммуны несут в себе нечто общее, заключающееся в коллективном развитии и самозащите.

Взгляды Толстого актуальны и в наше время. Не удивительно, что свою грандиозную эпопею о русской революции «Красное колесо» А. Солженицын начинает с диалога отправляющегося на первую мировую войну героя со Львом Толстым. «Какая жизненная цель человека на земле? — спрашивает он.— Служить добру...— Чем? — Только любовью».

Конечно, и труд и любовь могут быть разными, и здесь следует разобраться. Толстой за основу взял труд крестьянский и был прав в том смысле, что труд этот, во-первых, жизненно необходим для существования индивида (как самого труженика, так и представителей всех остальных социальных групп), во-вторых, он был способом передачи традиций высокой сельскохозяйственной культуры русского народа; в-третьих, имел творческий характер, был связан с природой, что, по представлениям Толстого, было первым условием счастья. «Земледелие не есть одно из занятий, свойственных людям. Земледелие есть занятие, свойственное **всем** людям; занятие это дает наибольшую свободу и наибольшее благо людям».

Принцип разделения труда в промышленности Толстой критиковал именно потому, что однообразный механический труд уродует человека как потенциальную творческую личность, хотя бы он и давал возможность произвести больше товаров. Как легко заметить, в этом вопросе, как и в вопросе о государстве, мы находим перекличку взглядов Толстого и Маркса. Но есть между ними и существенное расхождение, вытекающее из различной отправной точки обоих мыслителей. Маркс берет за основу экономический базис, и поэтому преодоление уродующего человека разделения труда, делающего его «частичным индивидом», возможно только в результате дальнейшего развития капиталистического массового производства. Толстой берет за основу нравственное совершенствование человека. Преодоление капиталистического разделения труда — для него предпосылка восхождения человека по лестнице христианских добродетелей. Совпадение взглядов Маркса и Толстого простирается не далее параллелей между марксизмом и христианством.

Что же касается любви, то имеется в виду, конечно, любовь в христианском смысле, который, впрочем, китайский философ Мо Цзы еще задолго до Христа выразил в противопоставлении любви всеобщей и любви эгоистичной. Вполне возможно, что упования на любовь кажутся в наше время смешными, но виновата тут не любовь, а наше время.

Следует отметить, что любовь, разумеется, не может быть введена каким-то нормативным актом, поскольку главный ее принцип — добровольность и спонтанность. Нельзя любить по расчету и по приказу. От того, что в обязательном порядке всех заставят называть друг друга любимыми, как сейчас мы называем друг друга товарищами, любви и братства не прибавится. Однако любовь может стать главным фактором объединения в малых группах-коммунах. С этой точки зрения коммуны являются средством не только физической, но и психологической защиты человека.

Какую бы важную современную проблему мы ни взяли, на ней можно проверить жизненность идей Толстого. Сейчас в период сокрушительной критики принудительной колхозно-совхозной системы, приведшей наше сельское хозяйство к развалу, вспоминают реформу П. А. Столыпина, разрушавшую общинное землевладение. Недавно опубликована переписка Столыпина с Толстым, проповедовавшим идеи коммунального ведения сельского хозяйства. Комментаторы спешат согласиться в этом споре со Столыпиным. Столыпин прав, если сравнивать свободного труженика с подневольным. Крестьянину должно быть предоставлено право свободного владения землей и ее плодами. Но в человеке живет стремление к свободному коллективному труду. В русском человеке, поскольку он в душе скорее общинник, чем единоличник, особенно. Это сообщает идеям Толстого высшую правоту. Конечно, отмеченное желание присуще не всякому человеку (в том числе русскому) и не в одинаковой мере. Да ведь Толстой и не предлагал объединять всех насильно. Для него главным оставалось нравственное совершенствование, которое и вело человека в коммуну. Толстовские коммуны успешно существовали вплоть до 30-х годов и были уничтожены, поскольку свободный коллективный труд, как и единоличный, противоположен сталинской сплошной коллективизации.

Сейчас создались предпосылки для возобновления коммун с общественным

владением землей и средствами производства, совместным трудом на общей земле. Их наличие вовсе не противоречит развитию фермерских хозяйств, поскольку соответствует намерениям людей, которые по своей индивидуальной природе склонны именно к совместному труду. Нравственное совершенствование и приобщение к истинной культуре будет способствовать росту таких образований. При более пристальном рассмотрении между Столыпиным и Толстым нет противоречия — первый мыслит в сиюминутно-политическом контексте, второй в глубинно-духовном, но в более отдаленной перспективе прав все же в применении к русской культуре Толстой.

Толстой считал деньги средством закабаления человека и высказывался за натуральный обмен продуктами. Опять-таки, чтобы правильно решить, кто прав, надо рассмотреть проблему на двух уровнях. На том идеально-нравственном, который имеет в виду Толстой, деньги действительно не нужны, они выступают как средство закабаления. Однако в реальном мире без всеобщего эквивалента не обойтись. Но почему отдельные коммуны не могут наладить внутри себя и с другими аналогичными коммунами натуральный товарообмен?

И еще одно важное преимущество коммуны, связанное с решением проблемы управления. В условиях, когда еще далеко не «каждая кухарка» может управлять государством, возникает проблема выбора. Есть два варианта выборов: прямые и двух- или более ступенчатые. У каждого из них свои недостатки. Если выборы прямые, то кандидат, как правило, плохо известен избирателям; если ступенчатые, сам избиратель не участвует непосредственно в выборе высших представителей власти. Почти безнадежная коллизия решается в общинах-коммунах — там каждый знает каждого. Неудивительно, что демократия появилась именно в небольших греческих городах-полисах, в которых все население могло собраться вместе на площади для решения наиболее важных дел (сравните с нашим казацким кругом).

К политикам же Толстой относился с известным скепсисом (вплоть до того, что слово «парламент» соединял через «и» со словом «бордель»).

Итак, объединенный труд, преимущественно крестьянский, любовь каждого к каждому, просвещение и культура, разумная вера, непротивление злу насилием и гражданское неповиновение по отношению ко всему внешне давящему на человека и чужого ему — вот основной рецепт социальной защиты, который выписал Толстой. И он отнюдь не представляется в наше время оторванным от жизни и утопическим.

«Единение — сила, все знают это. Так зачем же быть слабым, когда ты можешь быть сильным? Положи все те силы, какие ты клал на то, чтобы быть сильнее, почетнее, лучше других, на то, чтобы откинуть все то, что мешает единению, и быть единым в духе со всеми, и ты будешь сильнее самых сильных». Это напоминает известное всем нам: «Пролетарии всех стран, соединяйтесь!». Но Толстой призывает объединиться не людей определенного класса, а всех нас на основе совместного труда и любви.

А. ГОРЕЛОВ,
доктор философских наук

Письмо в редакцию

Видеть каждого

В социальной защите очень важно видеть каждого человека. Это под силу только местной власти — Советам народных депутатов районного или городского уровня.

Несомненный интерес представляет в связи с этим создание при местных Советах фондов социальной защиты, основанных не на пожертвованиях граждан, а на экономической деятельности. Эффективной работы предприятий фонда социальной защиты можно добиться, максимально освобождая их от налогов. Свою деятельность фонд направляет на решение социальных проблем посредством создания специальных рабочих мест, предоставляя возможность трудиться и нормально жить людям из социально наиболее уязвимых слоев населения (инвалидам, выпускникам школ, пенсионерам, родителям из многодетных и молодых семей). Производство продукции для населения по приемлемым ценам, участие в государственных и иных социальных программах, сотрудничество с благотворительными фондами — все это могло бы войти в сферу деятельности фонда социальной защиты.

Создание фондов целиком и полностью зависит от инициативы депутатов местных Советов, от их желания использовать все возможности для предотвращения острых социальных конфликтов, поддержания жизненного уровня людей.

Н. ПЕЧЕНИН,
депутат городского Совета,
член правления фонда социальной защиты
Арзамас-16

ВЕДЕТ ВАСИЛИЙ АЛЕКСЕЕВИЧ СЕВЕРИН,
ЗАСЛУЖЕННЫЙ ТРЕНЕР СССР,
ПСИХОФИЗИОЛОГ

СТРЕСС-I

Однажды в набитом битком вагоне метро я стал нечаянным свидетелем беседы двух женщин. Обе явно ехали с работы. Одна усталая, с опущенными в плаксивой гримасе уголками рта, сведенными у переносицы бровями. Другая, хоть и подергивала энергично плечом, стараясь чуть переместить врезавшийся в него ремень тяжелой сумки, улыбалась и с неподдельной радостью приветствовала подружку.

Очевидно, они давно не виделись. Как водится в таких случаях: здрасте — привет. Что поделываешь? Как поживаешь?..

Первая, усталая и тусклая, только рукой махнула: «Разве это жизнь? Глаза бы мои ни на что не глядели. Лучше не спрашивай...» — и скорбно прикрыла веки.

Вторая же радостным, вовсе не соответствующим теме разговора голосом заметила:

— Ой, и не говори. Ну такая жизнь! Я из стрессов, можно сказать, не выхожу. Только с одной неприятностью разделаюсь, как, глядишь, другая на подходе. Прыгаю из стресса в стресс, как Иван-дурак в «Коньке-горбунке» из горячего молока в холодную воду...

— Однако тебе на пользу,— не удержалась подруга. И не сумела за нескрываемой иронией утаить зависть.

— А-а! — коротко отозвалась ее собеседница.— Делай как я, тебе тоже пойдет на пользу.

И рассказала, как после тяжелой болезни «возникла напряженка»: и дома с мужем, и на работе с начальством, и даже собственные дети вместо помощи и сочувствия к больной матери доставляли только неприятности и заботы. Однажды, когда врач-психиатр посоветовал полечиться в неврологической клинике, она поделилась своим горем с одним старичком-бодрячком, коллегою, который на своем восьмом десятке был моложе многих молодых. Он же вместо того, чтобы утешать и ругать вместе с нею жизнь, просто сказал: «Знаете, а я от всех неприятностей... убегаю. Нет, не фигурально выражаясь, а в самом прямом смысле. По коридору, по дорожке в парке. Да и кроме бега, дорогая,—сказал он ей,— есть много способов преодолеть, изжить неприятности, стрессы. Впрочем, и в самом стрессе нет ничего страшного. Ведь стресс — это жизнь...»

Я видел, как «пасмурная» женщина сделала протестующий жест, но слов ее уже не расслышал. Мне нужно было выходить. Впрочем, что бы она ни возразила, знаю: правы ее сияющая улыбкой, энергичная, бодрая даже в переполненном вагоне метро подруга и старичок-бодрячок, советам которого она явно последовала.

Так что же все-таки скрывается за этим столь быстро вторгшимся в нашу жизнь словом СТРЕСС, впервые произнесенным основоположником теории стресса, крупнейшим физиологом современности канадским профессором Гансом Селье? Прежде всего то, что стресс был всегда. В ходе эволюции человек формировался в среде, требующей постоянной готовности сохранить себя, охотиться, чтобы прокормиться. Чем быстрее человек умел мобилизовать свои силы, тем он был удачливей, тем больше у него было шансов победить. Для выживания человека как вида природа создала совершенную систему приведения его в полную «боевую готовность» путем включения очень сложных механизмов, охватывающих центральную и вегетативную (периферическую) нервную систему. Результатом их напряжения был, как правило, физический, мышечный акт — нападение или бегство. Выработался четкий механизм: стресс — физическая активность. И так практически на всем протяжении развития и существования человека вплоть до последнего времени.

Напряжения нашей жизни — страх, усталость, умственное переутомление, социальные и нравственные конфликты, неудовлетворенные желания или, наоборот, пресыщенность и т. п.— все реже заставляют человека, живущего в развитом, цивилизованном обществе, бросаться наутек, когда в душе возникает чувство опасности. Он не

ищет удобное место для засады, чтобы успешнее поразить зверя или врага. Ведь для того, чтобы прокормиться, нужно иметь деньги, а не боевое копье. Да и враги наши все реже ассоциируются у нас с каким-то конкретным лицом, и все чаще — с глобальными экологическими, физическими, социальными, политическими явлениями и катаклизмами. А ведь человек в физиологическом отношении все тот же, что и тысячи лет назад. Как и прежде стресс для него — это состояние мобилизации сил для решения важнейших вопросов жизнедеятельности. Чтобы выполнить свою задачу без вреда для организма, стресс должен быть обязательно скомпенсирован мышечной реакцией.

Так, может, лучше вообще обойтись без стрессов? Оказывается, нет. Провели эксперимент. В колонии крыс были созданы идеальные условия для обитания, изобилие пищи. Поначалу зверьки активно размножались. Но через некоторое время колония стала сокращаться. Самцы сделались малоподвижными и агрессивными, потомство — слабым, вялым, нежизнеспособным. Вымерли все. Причина — отсутствие стимула к деятельности, физического напряжения.

Стресс необходим. И все мы знаем, что небольшое волнение мобилизует силы, ум, находчивость. Однако слишком сильное волнение дает противоположный результат: человек «теряется» — забывает то, что еще минуту назад знал назубок, становится вялым, заторможенным, у него повышается артериальное давление, появляется тревожность. Причем положительные и отрицательные стрессы проходят по одному и тому же сценарию. От чрезмерного смеха, как известно, люди плачут, слабеют и даже умирают точно также, как и от горя. Молва утверждает, что отец Бомарше умер от приступа смеха при чтении комедии сына.

В качестве стресса может выступать и сама физическая работа, если нагрузка слишком велика. Словом, девизом жизни человека могла бы стать мудрая поговорка: «Все хорошо в меру». И это, кстати, относится не только к тем, чьи стрессы, наслаиваясь один на другой, не компенсируются годами, но и к тем, кто, узнав, что всякое нервное напряжение можно снять физической нагрузкой, движением, начинает сразу, с места в карьер, слишком активно заниматься физкультурой, бегом.

Невыровненный стресс может просто-напросто опрокинуть человека. Наши нагрузки — физические и психические — должны соответствовать физическим возможностям организма, возможностям его нервной системы и резервов.

Кстати, вопрос о резервах в наш динамичный и расточительный век становится все более актуальным. Мы очень часто (гораздо чаще, чем следовало бы), почти не задумываясь, говорим про кого-то: он умер на ходу, потому что исчерпал свои физические и психические резервы.

А что это, собственно, такое? Прана индийских йогов? Или та сила, что питает «рефлекс цели», которая, как утверждал И. Павлов, «есть основная форма жизненной энергии каждого из нас»? Или, может быть, это гипотетическая адаптационная энергия, без которой не мыслит жизни человека Иван Хорол, много лет занимавшийся проблемой умственного переутомления? Этот ученый одним из первых советских врачей стал вдумчивым учеником и последователем Ганса Селье, считавшего, что «способность к адаптации — самая отличительная характеристика жизни. Больше того: биологическая способность приспосабливаться к изменениям и есть жизнь».

Да, действительно, человек, сколько ни существует как вид, только и делает, что приспосабливается. К внешней среде, к меняющимся социальным, этическим, нравственным установлениям общества, к изменениям, которые происходят с ним самим и в нем самом. Признав за эталон жизненные представления своих родителей и воспитателей, он сначала изо всех сил стремится следовать им, но столкнувшись с реалиями изменяющихся условий существования, не сумев направить их желательным образом (крах деловой карьеры, смерть близкого человека и т. п.), он рано или поздно начинает изменять и свои представления о мире, перестраивает свои привычки, нормы поведения. То есть система социальной адаптации неизбежно требует от человека адаптации внутренней. Только так мы можем уменьшить или свести к нулю возникшие рассогласования с реальной жизнью.

И. Хорол замечает: «Одно из фундаментальных открытий Селье состоит в том, что ему на основе точных биологических экспериментов удалось доказать: все бесчисленные и многообразные реакции адаптации любого живого организма осуще-

ствляются за счет использования энергии адаптации — своего рода «адаптационного топлива», хранящегося в недрах каждой живой системы». На размышления о том, что это такое — адаптационная энергия, какова ее физическая природа, ученики и последователи Г. Селье затратили многие годы. Ясно, что это не разновидность тепловой энергии. Ведь во время болезни, которая с точки зрения теории адаптации и есть форма приспособительной реакции организма, человек может очень хорошо питаться, получать сырье для производства тепловой энергии, в другие дни неплохо поддерживающей его существование, однако жизненные силы больного вопреки всем стараниям врачей и близких падают. Дело, очевидно, в том, что в этом случае в ход идет иной тип энергии — той, которая позволяет организму или победить болезнь, или приспособиться к ней.

Я уже отмечал, что ученые, постигающие природу различных дисбалансов в человеческом организме, давно заметили, что и физические, и психологические стрессы, имея разную внешнюю природу, тем не менее вызывают в организме сходные биохимические реакции. Такое единообразие вполне можно объяснить, если, к примеру, признать, что, во-первых, система социальной адаптации каждого из нас хранит в памяти определенный набор эталонных норм жизни и что, во-вторых, справедлива одна из наиболее популярных сегодня теорий о внутриклеточной молекулярной памяти. Она утверждает, что живые организмы запоминают любые сведения путем перестройки порядка расположения атомов в протеиновых молекулах. Так вот, если первое и второе условия верны, то можно допустить, что стресс-реакция, переживаемая организмом, имеет отражение и на молекулярном уровне. И вследствие рассогласования с окружающим миром, ликвидировать которое путем изменения этого внешнего мира мы не можем, нам остается одно: стереть в памяти старый «идеал». Стереть — значит перестроить расположение атомов в протеиновых молекулах клеток. Для этого необходимо затратить энергию определенного типа — адаптационную энергию.

Если теория, за которую ратует И. Хорол, верна, то, очевидно, люди должны осознать, что запасы адаптационной энергии в их организме не бесконечны. К этому выводу нетрудно прийти, провожая в последний путь еще вчера здоровых и сильных, «невыболевшихся», «сломавшихся на стрессе» или, точнее, на сверхстрессе — тайном или явном затянувшемся дисбалансе действительного и желаемого. Это, вероятно, тот случай, когда адаптационного топлива, поступающего в организм для текущего



для срочного ремонта многочисленных «пробоин», получаемых нами от окружающего мира, не хватило. Кто в этом виноват? Может, родители и воспитатели, заложившие в ребенка «не те» идеалы. А может, сам человек, слишком широко, размашисто, расточительно живущий, не стремящийся регулировать свои желания и эмоции, устремления, амбиции. Во всяком случае сегодня все большее количество серьезных исследователей приходит к мысли, что именно вследствие нарушений в приспособительных, адаптационных системах, деятельность которых постоянно перенапряжена у современного человека, здоровье человечества в целом последние пять десятилетий значительно пошатнулось.

И как всегда в минуты глобальной опасности, человечество вспомнило о том, что жизнь — самое большое достояние и ценность, люди начали искать пути определения и преодоления суперстресса (дистресса — по Г. Селье). Сегодня ученые практически вплотную подошли к пониманию его физиологической природы и путей его компенсации. Я не буду здесь останавливаться на чисто медицинских аспектах этой темы. Достаточно сказать о том, что в основе «экономии» адаптационного топлива — вовремя произведенная перестройка сознания, вовремя компенсированный стресс.

Научитесь этому. Научитесь каждый день встречать с благодарностью к мирозданию. Научитесь ценить всякую нечаянную радость — улыбку незнакомца, луч солнца, пробившийся через тучи, незамысловатую песенку о счастье, вдруг прорвавшуюся сквозь бурный поток информации на злобу дня... Да и в самой этой «злобе дня» неплохо научиться отделять плевелы от зерен, негативное от позитивного. И обязательно радуясь достижениям, приспосабливаться к трудностям с помощью позитивных личных программ.

Кстати, в слове «приспосабливаться» в данном контексте нет ничего плохого, как вероятно подумалось тем из нас, кто не слишком терпим к чужим мнениям и способам существования. Хотя именно этим людям, наиболее подверженным дистрессам, в первую очередь следует обучиться умению жить в ладу с собой и окружающим миром.

В следующей нашей беседе я попытаюсь дать вам необходимые, как мне кажется, направления и ориентиры на пути преодоления стрессов.

Записала **Т. ГАВРИЛОВА**

ПРОСТЫЕ ТАЙНЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

Внутренняя гигиена

Многие болезни приходят к человеку... с едой. Массу энергии организм вынужден тратить на безуспешные попытки переварить как попало составленный обед. Непереварившиеся продукты обязательно попадают в толстый кишечник. Тут они в процессе перистальтических движений отделяются от переваренной пищи, собираются в комок, именуемый каловым камнем. При следующей еде к нему прибавится еще один, затем еще... Непереваренные продукты прилепляются к стенкам толстой кишки, скапливаются в складках-карманах десятилетиями, залепляют «корни». Человек носит их с собой по нескольку килограммов. А что происходит с этими продуктами, «хранящимися» многие годы при температуре свыше 36 градусов, нетрудно представить. Продолжающая работать под спудом грязи всасывающая система толстой кишки гонит в тело яды, канцерогены, шлаки, продукты гниения.

Ясно, что в таких условиях у человека не может болеть какой-то один орган. Болеет весь организм. Просто какой-то из органов отказывает первым. И лечить его бесполезно, потому что медицина лишь убирает следствие общего заболевания. Причина остается и готова тут же проявиться в любой другой области тела.

Чтобы избавиться от причины множества заболеваний, надо вывести из организма все то, что как на свалке копилось в нем годами. Процедура наша носит название «клизма Уокера».

Для выполнения ее вам понадобится кружка Эс-

марха, лимоны либо яблочный уксус и растительное масло. Кружку Эсмарха можно приобрести в аптеке. Наконечник и кран лучше снять, а шланг пережать обыкновенным медицинским зажимом. Конец резиновой трубки обработайте мелкой шкуркой, аккуратно закруглив края не только снаружи, но и внутри.

В кружку Эсмарха наливается два литра воды, кипяченой, остуженной до температуры тела. Кроме того, в нее обязательно нужно залить столовую ложку яблочного уксуса или сока лимона. Там, где не достать ни того, ни другого, люди используют соки клюквы, морошки лишь бы было кисло. Дело в том, что процессы брожения и гниения протекают в щелочной среде, легкое подкисление прекращает их, уничтожает болезнетворные микробы, стимулирует жизнедеятельность полезной микрофлоры.

Залив воду и подкислив ее, вы вешаете кружку Эсмарха с пережатой трубкой повыше и смазываете конец трубки растительным маслом. Именно растительным, поскольку оно — естественный продукт, не засоряющий поры. Вазелин или мыло тут непригодны.

Затем надо принять «позу тигра», то есть опуститься на локти и колени, чуть раздвинуть ноги, постараться полностью расслабить живот. Дышите глубоко, широко открыв рот. Это тоже поможет расслабиться и включить в работу вашу диафрагму. Через минуту сосуд над вами опустеет, и можно будет подняться.

Но это, увы, не конец процедуры. Воду в толстой кишке надо хотя бы немного взболтать. Можете попрыгать или потрясти нижнюю часть живота руками.

Регулярно повторяйте промывания. Первую неделю — каждый день, вторую — через день, третью — через два дня, четвертую — через три дня. Теперь, чтобы поддержать наведенную чистоту, достаточно промывать толстую кишку раз в неделю, но регулярно.

Давайте разберемся, что произошло. Вы отмыли свои «корни», и они стали забирать из переваренной пищи чистые вещества для строительства новых клеток. Прекратилось проникновение в организм шлаков, канцерогенов, ядов, стала очищаться кровь. Следовательно, прекратилась подпитка ваших болезней.

Но еще недавно растянутый, атрофированный мешок толстой кишки мало способен выполнять свои функции. Надо его вновь научить работать. Для этого в период промывания (да и вообще) очень полезно есть много каш. Каши должны быть отрубистых сортов. Варить их надо обязательно на воде, а не на молоке. Однородная масса одновременно переварившейся у вас в желудке каши придаст кишке нужную форму и заставит работать. Но ни в коем случае не готовьте себе манную кашу. (О правилах питания мы расскажем позже.)

Решив обойтись без особых трудов, великий натуропат Поль Брегг для очищения толстой кишки и всего кишечника рекомендовал раз в неделю голодать по 24—36 часов. За это время содержимое кишечника слегка раскисает, и если после голодовки съесть салат из сырой капусты и морковки, то он как веник сдерет эту грязь. Но мы не можем рекомендовать этот прием, поскольку голод стимулирует всасывающие функции желудка и в кровь поступают все те же отходы.

Многие, стараясь избежать промываний, готовы принимать слабительные лекарства. Не рекомендуем делать этого. Слабительное обезвоживает организм, собирая в кишечнике влагу, которая предназначена совершенно для других целей. К тому же эта влага, пройдя через желудочно-кишечный тракт, не ополаскивает толстую кишку. И если вы взялись за методы естественного оздоровления организма, вам придется отбросить любые лекарства. Ведь практически все они содержат вещества, вызывающие побочные явления, а на уже очищенный организм могут подействовать как яд.

Внутренняя гигиена организма предусматривает еще немало процедур, но уж коль мы ведем разговор о желудочно-кишечном тракте, то помните — он отлично вычищается грубой пищей, содержащей клетчатку. Ешьте побольше зелени, сырых овощей, побольше каш, ржаного хлеба. Эта пища поможет оттереть стенки желудка и кишок от многолетних наслоений грязи, очистит выходы из желез внутренней секреции, усилит впитывающую, всасывающую способность пищеварительного тракта. Йоги тут рекомендуют глотать бинт и вновь вытягивать его наружу. Не думаем, что вам этот прием больше придется по душе, чем здоровое питание.

Все шаги очищения, которые вам предстоит сделать, выполняются в определенной последовательности. Сегодняшний шаг — первый.

Владимир САФОНОВ

Нить Ариадны

(ЗАМЕТКИ ЭКСТРАСЕНСА)

Теперь осталось рассказать о последнем — можно ли повернуть вспять стрелку так называемых биологических часов, что я про себя называю секретом графа Сен-Жермена — той самой загадочной личности, которая удивляла современников XVIII века и так и осталась неразгаданной. Я имею в виду только одну из многочисленных легенд о секрете здоровья и долгожительства.

«Нет ничего, что могло бы избавить смертное тело от смерти, но есть нечто, могущее отодвинуть гибель, возвращать молодость и продлить краткую человеческую жизнь» (Парацельс).

Все это очень заманчиво для людей, чьи паспортные данные говорят о том, что завод биологических часов, встроенных внутри организма, на исходе. Но еще чаще людей тревожит состояние здоровья, что заставляет их биологические часы идти к неизбежному финалу с лихорадочной скоростью.

Есть множество гипотез, пытающихся объяснить процессы старения организма. Но все они, отдавая должное главному — биологическим часам, предлагают применение тех или иных химико-биологических средств в рассчете повернуть ими вспять стрелку этих загадочных часов.

Лауреат Нобелевской премии профессор Ф. Бернет придает едва ли не решающее значение в иммунной системе человека функции вилочковой железы, которая, достигнув максимума к 1—3 годам, уменьшается с возрастом и от которой уже к 60-ти остаются лишь две жировые дольки с волокнистыми наростами ткани. Наш соотечественник профессор Воронов придавал решающее значение в процессе старения половым железам. Другие придают повышенное значение наследственности, полученной от родителей и прародителей. Сторонники географических, климатических факторов считают их главным залогом долгожительства. Вегетарианцы и сыроеды воображают, что только их образ питания может продлить жизнь и замедлить, отсрочить старение.

Психологи давно подметили одну особенность, присущую большинству увлеченных работой ученых, исследователей и вообще целеустремленных людей. Люди, удовлетворенные своей работой и образом жизни, живут дольше и старятся медленнее. Таких примеров действительно множество, и они вполне убедительно подтверждают благотворное влияние целеустремленности, очевидно, вписывающейся в общеэволюционный план природы, которая таким индивидам продлевает завод их биочасов.

Эликсир бессмертья и здоровья искали во все века человеческой истории, а может быть, и предыстории. В книге Александра Горбовского «Стучавшиеся в дверь бессмертья» очень интересно рассказывается о множестве легенд, повествующих о том, как отдельным людям удалось проникнуть в тайну бессмертья. Уделено в названной книге большое место и личности таинственного графа Сен-Жермена, о секрете которого, мне хочется думать, я догадался, не прибегая к спиритизму и черной магии.

Окончание. Начало в № 1—6 за 1990 г. и в № 1 за 1991 г.

Итак, коротко — это различные эликсиры и вытяжки древних врачевателей, фармацевтика, гормональные препараты, курортология, климат, физиотерапия, питание, пересадки или стимуляция работы той или иной железы у современной медицины — вот, пожалуй, и весь арсенал средств, которыми пытались и пытаются пробить брешь в бастионе, где природа хранит одну из своих величайших тайн.

Если бы я был из породы благополучных, которые наперед знают, что то или иное невозможно, я вполне удовлетворился бы тем, что преподносит наука, складывая эти преподношения в свой сундук памяти. Но я, к счастью, твердо уверен, что путь, который мы выбираем в поисках чего-то нас интересующего, должен лежать в стороне от протоптанных дорог. Пусть это будет своя тропинка, идя по которой можно и заблудиться, но даже в этом случае всегда встречается что-то интересное, чего никогда не заметишь, следуя по магистральным дорогам.

И вот, размышляя над указанной проблемой, я, как мне кажется, вступил на свою, никем не хоженную тропинку, а может быть, я просто натолкнулся на давно забытую тропинку.

Я в начале этих рассуждений поместил слова гениального врача и мыслителя средневековья — Парацельса о том, что есть нечто могущее отодвинуть гибель, возвратить молодость и продлить краткую человеческую жизнь. Сдается мне, что этот провидец не имел в виду ни философский камень, ни эликсир молодости, то есть ничего такого, что не находилось бы в н у т р и самого человека.

Может быть, когда-нибудь вдумчивые историки, разбирая и переосмысливая труды этого средневекового ученого, наткнутся на объяснение того, что Парацельс подразумевал под загадочным «нечто». Может быть, это будет синоним того, что сейчас современные ученые именуют биологическими часами? Может быть.

Область, где находится этот таинственный механизм,— мозг, предположительно, наиболее старое его эволюционное образование. Правда, скальпель патологоанатома не обнаружил его, как многое другое, что, исчезая после смерти, не оставляет после себя никаких следов. Но разве от этого кто-либо перестал быть уверенным, что именно им, часам, все животные и растения обязаны суточным ритмом. И бабочка-однодневка, и столетний слон — все живое заведено этими часами. Вначале эти часы идут точно, затем, с возрастом, начинают спешить, давать перебои и в итоге останавливаются. А раз так, раз они, эти не обнаруженные визуально часы, имеют три периода: точность в молодости, перебои и ускорения в старости, и отказ в финале,— значит, в их ход можно внести требуемые коррективы.

Тренированные йоги достигают анабиоза (или почти такого состояния) путем замедленного дыхания, дозированного голодания и мышечного расслабления.

Зимняя спячка многих животных нашего полушария достигается, вероятно, теми же путями. В этом состоянии биочасы замедляют свой ход и почти останавливаются, если организм сковал холод.

Я ничего нового не придумал, я просто убедился в существовании в своем мозгу этих самых биологических часов и, как мне кажется, получил практическое подтверждение того, что ими можно управлять, не прибегая ни к каким посторонним силам и воздействиям.

Кажущаяся открытием процедура управления биологическими часами проста и доступна каждому, кто захочет ее проделать.

Для ее осуществления требуется взять какой-либо запомнившийся день нашей жизни пятилетней или большей давности, когда вы не могли пожаловаться на тяготящие сейчас недомогания, когда еще не чувствовалось возрастной усталости, спада, словом, тот день, когда не было поводов тревожиться за свое здоровье и возрастную усталость.

К сожалению, глубинная память цепко держит в своих кладовых все подробности некогда счастливо прожитого дня, предоставив поверхностной памяти сознания только один-два эпизода из прожитого в этот день.

Но как к скупцу можно подобрать ключ, используя его слабости, так и глубинную память можно расположить к выдаче сознанию давно минувших картин. Разумеется, то и другое требует большой настойчивости, такта и терпения. Для начала берется какой-то эпизод давно минувшего дня, в начале проще — последний в тот день, перед отходом ко сну и первые (последние) минуты перед ним.

Однако воспоминания не должны быть в о с п о м и н а н и я м и, пусть даже радостными, о когда-то счастливо прожитом дне. Вы д о л ж н ы в н о в ь м ы с л е н н о с т а т ь (и верить в это) такими, какими вы были в то время — здоровыми, беззаботными, счастливыми. Это значит — вновь п о ж и т ь в м и н у в ш е м в р е м е н и! Пусть даже час, два, день. Чем больше, тем лучше. Но при условии, что эти воспоминания не будут обрывками «ленты памяти», а последовательным воспроизведением былого, минута за минутой, час за часом. Только тогда можно ждать желаемого, того, что я называю результатом поворота стрелки биологических часов назад — к более благополучному состоянию организма.

Но где гарантия, что это не пустое времяпровождение, не интеллектуальная химера, подобная тем, что подчас выдаются за действительность пропагандистами различных озарений?

Что я чувствую в момент и после эффекта присутствия в своем прошлом, отдаленном от настоящего десятью, двадцатью и большим числом лет? Что дает это условное перемещение своих чувств сегодняшнего своего «Я», каким оно было много лет назад, когда его бренная оболочка не имела никаких внутренних и внешних изъянов, повреждений, нанесенных болезнями и временем? Могу сказать,

что даже после часового пребывания в своем прошлом в событиях, на осуществление которых требовался целый день, а они вновь «проживаются» за один час, как в ускоренных кинокадрах, организм получает такой заряд неизвестно откуда взявшейся энергии, который можно сравнить с порцией допинга. Но только этот «допинг», получаемый из своего прошлого, не имеет никаких губительных последствий, не вызывает спадов и депрессий, просто организм получает даровую нежданную дотацию биоэнергии и только.

Я не увлекаюсь этими манипуляциями с синтезом эффекта присутствия в собственном прошлом, так как у меня пока нет в этом ни физиологической, ни психологической необходимости. Я просто получил подтверждение своей догадке через полтора-два десятка перемещений себя в свое тело, каким оно было много лет тому назад.

Но я убедился в действенности поворота стрелок вспять и думаю, что это может найти практическое применение после соответствующих клинических проверок. Совсем недавно разговаривал я на эту тему (секрет самооздоровления, самоомоложения) с писателем А. А. Горбовским, автором, как я уже говорил, интересного пересказа легенд о долгожителях.

— Как вы себе представляете происходящий процесс в «подкорке»?—спросил мой собеседник.—Самовнушение?

— Нет! Это биологические часы, которые я сбиваю с толку тем, что вновь живу в своем прошлом состоянии, часы которого уже стали списанными в моей жизни. А часы, на которые оказывается не предусмотренное мастером влияние, идут уже не так, как гарантировалось паспортом.

— А что если проделать следующий эксперимент,— сказал мой собеседник.— Попросить хорошего врача-гипнолога облегчить процесс вспоминания прошлого кому-нибудь из его пациентов, скажем, страдающему гипертонией или гипотонией, аритмией сердца и т. п., с тем, чтобы после сеанса гипноза можно было провести замеры состояния больного. И если вдруг окажется, что перемещение больного в его прошлое, когда он был совершенно здоровым человеком, положительно сказалось на его теперешнем состоянии, то я готов буду поздравить вас с весьма оригинальным открытием. Впрочем, такое отношение у меня теперь и к другим ранее упомянутым наблюдениям, что, вероятно, говорит о желании поскорее расстаться с нитью Ариадны, которая, чего доброго, может привести к ящику Пандоры. А жизнь коротка, и совсем не обязательно проводить остаток лет, блуждая по лабиринтам таинственного. Но сделанные наблюдения все же интересны, а главное, могут как-то послужить другим людям, у которых хватит смелости и терпения хотя бы для того, чтобы пройтись по моим следам.

Пусть эти пути пока непопулярны и иллюзорны с точки зрения академической науки, но только на них, я в этом убежден, можно найти нечто новое...

Еще один взгляд назад — не осталось ли в памяти каких-либо наблюдений, которые могли бы пригодиться читателям в качестве полезных для здоровья, кроме тех, о которых уже упомянуто.

Вот несколько полезных дополнений, которые могут способствовать укреплению здоровья и избавлению от заболеваний, чем бы они не излечивались.

Спешу предупредить — это не мои выдумки, это осмысленные и проверенные на практике рекомендации других людей, проверивших и обнаруживших их благотворное действие.

Вставайте с мыслью, что вы здоровы, и засыпайте с ней — одна из заповедей хатха-йоги. Это не что иное, как утреннее задание верхнему этажу сознания программирования здоровых биохимических процессов, а вечернее задание — протекающих в организме во время сна.

Упражнения Валерия Брумеля во время перелома ног. Сообщалось, что наш знаменитый прыгун не остался пассивен во время прикованности к постели с наложенными на сломанные ноги гипсовыми повязками. Он мысленно, не напрягая мышц, проделывал свои знаменитые прыжки, что и помогло ему быстрее справиться с переломами, которые срослись значительно лучше и быстрее.

Я всегда рекомендую это упражнение своим знакомым, которые, к несчастью, оказались в положении знаменитого спортсмена, или тем, чьи заболевания вызвали явления паралича и недостаточной подвижности конечностей. И должен сказать, что принятые к исполнению рекомендации всегда оказывали благотворное действие, не говоря уже о том, что вреда принести они, безусловно, не могут.

Лет этак двадцать назад, если не больше, мне попалось на глаза объяснение, зачем человеку зевота и сонное потягивание. Автор статьи очень убедительно доказывал, что и то, и другое очень нужно, хотя эти действия считаются неприличными, особенно при посторонних. Я — сторонник хороших манер, поэтому зевать и потягиваться рекомендую вдали от посторонних глаз, лучше это проделывать, лежа в постели — утром и вечером, перед самым сном. Что дает зевота и потягивание?

Зевота расслабляет и улучшает тонус мышц, что небезразлично, особенно женщинам, а потягивание мышц рук, ног, торса приводит, говоря словами того физиолога, к выработке дополнительной биоэнергии, биотока, как в электретах — веществах, способных при растяжении или сжатии вырабатывать электрический ток. Сонное потягивание приводит к тому же — к выработке дополнительных зарядов, порций биотоков, что, благотворно действуя на протекающие биохимические процессы, снимает явление усталости и перенапряжения в мышцах.

Вообще, если чувствовать себя рыболовом, закидывающим удочку в стремительный, все расширяющийся поток информации, вре-

менами удается обнаружить весьма любопытное

Сообщалось, например, что некоторые красители (акридиновый оранжевый — один из них) связываются с белками и нуклеиновыми кислотами и лишают их биологической активности.

Как тут не вспомнить оранжевые одежды индийских йогов, буддийских монахов и старорусский обычай закрывать оконце и колыбельку больных корью детей красными и оранжевыми тряпками.

Такие неожиданные сюрпризы, проносящиеся часто в потоке информации незамеченными, можно встретить очень часто.

Говорят, мы лучше и быстрее понимаем то, во что меньше верим, так как слепая вера создает барьер, препятствующий возникновению в сознании новых оригинальных идей, предположений и вообще свежих мыслей.

Людям свойственно делиться своими мыслями, при этом предпочтение отдается тем слушателям, которые не только внимают чужой мысли, но и активно помогают ее совершенствовать. И надеюсь, что моими читателями будет последняя категория людей, сохраняющих во всех вопросах свою точку зрения.

Мои более чем десятилетние наблюдения можно разделить на те, которые мне понятны (или более или менее понятны), и те, которые мне не понятны. К первым относятся наблюдения по всем трем биоэнергетическим воздействиям на больных. Это контактный способ передачи своей энергии, которым я всегда пренебрегал в своей практике, как способом лечения, при котором трудно отделить семена (передачу биоэнергии) от плевел (побочных воздействий: массаж, инфракрасное излучение и т. д.).

Способ бесконтактный дал больше всего наблюдений, и он только предварил третий — заочный, самый, мне кажется, интересный для экспериментатора.

Бесконтактный способ передачи энергии выявил возможность так называемой диагностики. Вначале с помощью рук, прислушиваясь к своим ощущениям большей или меньшей энергопотери над той или иной точкой проверяемого. Затем, когда эта диагностика была освоена, выяснилось, что можно и нужно доверять внутреннему голосу, интуиции, а вовсе не следить за своими ощущениями. И это доверие, как правило, всегда оказывалось оправданным. Истину колебали мгновения возникавших сомнений, навязываемых рассудком.

Как-то само собой возникло желание проверить действие «биолокатора» — «волны», «облачка», выбрасываемого в сторону человека с намерением узнать его зоны отрицательной ситуации.

И уже совсем на грани понятного — выбросы «нечто» в сторону людей, находящихся в другом районе города, области. Надо сказать, что расстояние при этом, очевидно, не препятствует осуществлению намерения при условии соблюдения всех правил, обязательных для эксперимента, осуществляемого как заочный способ лечения. То есть «видеть», «слышать» и «представлять» обстановку, в которой находится интересущее вас лицо.

Не будь наблюдений и опыта с передачей своей биоэнергии очно, заочно и всех разновидностей «биодиагностики», не возникло бы и желание «манипулировать» над фотографиями живых и мертвых. А это уже вступление в область, где рассудок не может быть надежным поводырем, где полностью приходится доверять шепоту своего непогрешимого подсознания.

Не попадись на глаза книга Жака Адамара «Исследование психологии процесса изобретения в области математики», я едва ли подумал бы над тем, что можно попытаться найти методику выхода в будущее, то есть ясновидения. Много было перечитано по оккультизму и магнетизму, йоге и магии, но не все оставило след в памяти и желание проверить на практике.

Не всегда мои старания помочь страждущим оказывались успешными, но и то, что сделано, принесло глубокое внутреннее удовлетворение. Неуспехи, по большей части, следует отнести к лечению тех больных, чье состояние давно перешло границы человеческих возможностей, где никто не смог ничего сделать.

К сожалению, как я уже говорил в начале записок, мне не удалось встретить людей, отвечавших тем десяти пунктам требований, которые я считаю обязательными для всех, кто хотел бы стать магнетизером, биорадиологом, целителем без лекарств и видимых средств.

Мне не удалось заинтересовать в свое время отдельных представителей науки и соответствующие учреждения своими наблюдениями и открывшимися во мне возможностями. А сейчас, когда это стало как-то намечаться, я потерял к этому интерес.

Но я не сожалею, что посвятил столько лет занятиям и наблюдениям, кажущимся большинству людей иллюзорными, бесперспективными.

Нет, я убежден, что уже не за горами то время, когда правоверная наука всерьез займется переоценкой многого из того, что и в наше время кажется не достойным серьезного внимания серьезных людей.

Я не льщу себя надеждой, что эти записки, которые я не буду ни редактировать, ни пополнять, смогут именоваться моей лептой в науку, но я уверен, что вдумчивому читателю, вознамерившемуся войти в лабиринт неведомого, они сослужат службу.

НЕТ, ВЕСЬ Я НЕ УМРУ...

Эти слова справедливы не только для поэтов, полагают парапсихологи

Сколько бумаги и чернил потратили просветители, стараясь избавить человечество от живучих заблуждений насчет загробной жизни. На стороне наших наставников наглядные факты: ну кому же не ясно, что после смерти от человека остается лишь бесчувственное тело, теперь уж совсем недолговечное! Но нет, никак не хотят люди воспринимать свет научных истин. Вот и современный столичный поэт тоже не соглашается, что итог всего — прах и тлен. И возражает: «Нет! Я не верю... и не поверю, нет, что после смерти тьме уступает свет, что после смерти нет за душой ничего, какого же дьявола з д е с ь мы хлебали всего!!»

Как такого убедить! Доводы атеистов общеизвестны и, как видим, производят впечатление далеко не на всех. Известна и позиция верующих, но нашего рационального современника уже не устраивают отвлеченные разговоры: материалист хочет увидеть, услышать, потрогать и убедиться. Поэтому мы решили обратиться к человеку, который исследует эту старую проблему с помощью современных научных методов, не оглядываясь при этом на мнения авторов популярных атеистических брошюр. Москвичка Варвара Михайловна ИВАНОВА, действительный член Международной ассоциации психотроники уже много лет занимается парапсихологией. На ее счету около ста пятидесяти статей, изданных почти в двух десятках стран (кроме нашей, конечно). Недавно она вернулась из полугодовой поездки в Бразилию, где встречалась с исследователями, знакомилась с работами тамошних парапсихологов. И наш разговор на столь экзотическую тему, где всегда не хватало убедительных доказательств, она предпочла начать с фактов.

— У нас в последнее время налицо повальное увлечение экстрасенсами, модными целителями,— говорит В. Иванова.— Причем здоровье исцеленных дает пищу для бесконечных споров. Одни считают, что положительный результат несомненен, другие — что эффект недолог и ненадежен, третьи утверждают, что стали чувствовать себя хуже... В Бразилии, к примеру, где целительство очень распространено, отношение к этому феномену тоже не однозначное. Но там выступают не против целительства, а против плохих целителей, потому что требования к ним не такие, как у нас. Прежде всего, массовых телесеансов на эту тему там нет. Все происходит иначе, в так называемых «домах духовности». Я побывала во многих из них.

К целителю приходит больной. У него может быть и психическая болезнь, а может и связанная с физиологическим нарушением. Его исцеляют обычным способом — движениями рук, и пациент уходит в другую комнату. А здесь тем временем начинается самое интересное. В комнате остаются двое: медиум и, как его называют, канонизатор, то есть воспитатель. Медиум входит в транс, теряет сознание, а когда приходит в себя, то преображается: говорит другим голосом, нередко у него даже появляются манеры противоположного пола, словно в него вселилась какая-то иная сущность. Впрочем, так на самом деле и происходит.

— Что же это за сущность!

— Та самая, которая была причиной недуга. Раньше ее называли дьяволом...

— Экстрасенс Владимир Сафонов в своей книжке «Нить Ариадны» пишет следующее: «Представление о болезни как о вторгшемся в тело злом духе, который может быть изгнан колдовскими, шаманскими, знахарскими манипуляциями... безусловно должно быть отвергнуто как заблуждение суеверных людей». В то же время он не отрицает, что подобные манипуляции порой дают эффект.

— Я не вижу противоречия между представлениями Сафонова и моим рассказом, суть которого вовсе не в том, что существует некий «дух болезни», а в том, что причина некоторых болезней — воздействие на человека умерших недоброжелателей, вернее, их энергетической состав-

...щей, которая сохраняется и после смерти. Я понимаю, утверждение это многим покажется спорным, но послушайте, что происходит дальше. А пока допустим, что некая сущность временно вселилась в медиума, благодаря чему мы и можем с ней общаться.

Теперь в работу включается воспитатель и обращается к медиуму, а вернее, к некой сущности в нем: мол, в чем дело, почему ты так себя ведешь? В ответ обычно слышится перечисление грехов того больного, которого только что исцелили: он-де в прошлой жизни меня бросил одну с ребенком или убил кого-то... Короче, совершил какое-то зло. И вот теперь жертва кричит, что не простит этого, будет вечно ему мстить. Воспитатель интересуется: «Ну и чего ты этим добился? Тебе теперь хорошо?» — «Нет, мне очень плохо».— «А почему?» — «Меня душит ненависть, я не могу успокоиться, не могу жить».— «Но ты ведь и не живешь, разве ты не знаешь, что ты умер?» — «Как умер? Вот же я сижу, разговариваю...» — «А ты погляди на себя. Разве это твоя одежда? Твои украшения? Твое тело? Да и дом, где ты находишься, не твой»...

Вот такой идет довольно странный диалог, в ходе которого воспитатель старается объяснить потустороннему собеседнику, что его месть тщетна и лишь привязывает душу к материальному вместо того, чтобы развиваться, идти дальше предназначенным ей путем. Когда это удается, то лицо медиума светлеет, становится умиротворенным. Потом он выходит из транса, сущность покидает его, а больной выздоравливает.

— А зачем все эти диалоги? Не лучше ли обратить педагогический талант на живых, а не на мертвых?

— На живых, конечно, лучше. Но тут ведь речь идет о целительстве. Да, исцелить можно и без таких душеспасительных, в прямом смысле слова, бесед. Но «мститель» не оставит своих планов. И поэтому через какое-то время или исцеленный заболеет, или кто-то другой, потому что причина болезни осталась. Задача настоящих (или, как их называют, духовных) целителей заключается в том, чтобы навсегда нейтрализовать зло. А во время наших телесеансов ничего подобного не происходит, и потому последствия такого целительства могут быть самыми неожиданными.

— Гипотеза довольно складная, но чересчур уж экзотическая. Есть ли какие-то научные аргументы в ее пользу?

— Пожалуйста. Вот перед нами книга врача-психиатра Карла Викланда, изданная в США. Она называется «Тридцать лет среди мертвых». Столько лет автор работал с психически больными и успешно их лечил, избавляя от «подселенцев» вроде тех, о которых мы говорили. Книга издана во многих странах и принесла автору мировую известность. Таким образом, приняв в качестве рабочей гипотезы утверждение, что энергетическая составляющая человека продолжает жить и действовать и после смерти субъекта, врач нашел способ избавлять людей от болезней, считавшихся неизлечимыми.

— Почему же непременно неизлечимыми? Предположим, больной слышит чьи-то голоса, которые что-то требуют от него, угрожают и т. п. И кроме него никто этих голосов не слышит. А назначат такому больному соответствующий препарат — вот и исчезнут голоса...

— И не только голоса. В этом смысле еще эффективнее лоботомия: поработайте ножом у человека в голове — и он навсегда станет спокойным и всем довольным. Так и тут. Но людей-то надо не калечить, а лечить.

— Ну хорошо, предположим, что это так. Тогда наверняка должны быть и другие проявления феномена: не все же покойники решили досаждать живым. Есть, наверное, контакты и иного качества.

— Сколько угодно. Возьмем, к примеру, автоматическое письмо. Бывает, что человек помимо собственной воли получает информацию, приходящие откуда-то мысли. Так написаны многие книги Библии, так писала «Агни-йогу» Елена Николаевна Рерих... Есть и современные примеры. Так, бразильцу Франтишку Шавьеру автоматическое письмо помогло написать более двухсот книг, которые переведены на многие языки. Трудно поверить, что их автор — один человек. Там и стихи, и проза, и философские трактаты, причем не только на родном языке. Шавьер принимает тексты даже на незнакомых языках. Иными словами, пишет, не понимая содержания написанного. А потом оказывается, что получился если не шедевр, то вполне достойная вещь.

К. Мирабели, тоже бразилец, писал на 28 языках, зная всего три. Например, статью по проблемам химии писал на английском, «Буддистскую апологию» на китайском... Сам же «писатель» при этом коротал время в беседах с окружающими, в то время как рука лихорадочно строчила что-то малопонятное. Таким авторам не нужны ни знания, ни эрудиция. Американка Тейлор Колдуэлл, например, обнаружила глубокие познания в средневековой медицине, которой никогда не интересовалась.

А другая писательница — Кржижановская-Рочестер, написавшая более сорока романов, так подробно описывала детали древнеегипетской церемонии, что это было по достоинству оценено учеными и Парижская академия наук присудила ей за это особую премию.

Причем зачастую авторы не могут назвать источник такой информации. Характерно, что подобные озарения свойственны не только психографам, то есть людям, занимающимся автоматическим письмом. Например, у А. К. Толстого находим такие строки: «Тщетно, художник, ты мнишь, что своих ты творений создатель». Есть на эту тему и у А. А. Ахматовой: «...Тогда я начинаю понимать, и просто продиктованные строчки ложатся в белоснежную тетрадь».

— Что ж, остается позавидовать тем, у кого на бумагу ложатся «продиктованные строчки». Большинству же приходится платить за свои строки довольно прозаическим трудом. Но при чем тут загробная жизнь, с чего мы, помнится, начали разговор?

— Если мы задумаемся об источнике этой информации, то неизбежно придем к выводу, что все когда-либо происходившее с людьми не исчезает бесследно, а хранится в Космосе или, точнее, по Вернадскому, в ноосфере — сфере разума. И среди нас есть люди, которые могут подключаться к этому источнику, черпая информацию не только о прошлом или настоящем, но и о будущем, как это делает, например, известная болгарка Ванга Димитрова.

Иными словами, речь идет о неуничтожимости информации. А что такое, в конце концов, тот же «подселенец», переживший собственную смерть, как не информационно-энергетический сгусток? Причем он, как правило, не соседствует с кем-то, а занимает в человеке свое законное, полагающееся ему место. Чтобы мои слова не походили на досужий вымысел, приведу один известный факт. Американский гипнотизер Лоринг Уильямс погрузил пятнадцатилетнего Джорджа Филда в глубокий гипнотический сон. Исследователь поэтапно вернул подростка сначала к моменту его рождения, а затем на сто лет в прошлое. И мальчик заговорил:

«Я был Джонатан Пауэлл... Простой крестьянин из Северной Каролины... Жил там один... неподалеку от городка Джефферсон... Родился в 1832 году... Во время гражданской войны в 1863 году меня убили мятежные солдаты... Они выстрелили в меня... В живот...»

При этом мальчик рассказывал о таких деталях жизни этого городка, которые нельзя было выдумать, а можно было только знать. Так, он назвал по имени всех представителей городской власти того времени, подробно описал их дома. Но эта история так бы и осталась любопытной загадкой, если бы Уильямс не проверил все факты. Доказать существование самого Джона Пауэлла не удалось, поскольку регистрировать родившихся в той местности начали лишь в нынешнем веке. Но кое-что обнаружилось: как утверждал Филд, бабкой Пауэлла была Мэри Пауэлл. И нашелся-таки документ, из которого следует, что в 1803 году, то есть за 29 лет до рождения самого Пауэлла, действительно некая Мэри Пауэлл купила в той местности земельный участок. Более того, спустя некоторое время Филд получил письмо от женщины, девичья фамилия которой Пауэлл. Она сообщила, что является внучатой племянницей Джорджа Пауэлла и рассказала о подробностях жизни своего двоюродного деда. «Его убили янки»,— написала она.

Порой у наших современников складываются совсем неплохие отношения с давно умершими людьми, причем необязательно родственниками. Так, англичанка Рена Джеймс утверждает, что ее духовный наставник — вождь индейцев Ред Клауд. В трансе она якобы слышит и передает его советы, причем делает это мужским голосом. А рядом с ней возникают... очертания голов индейцев, и очевидцам даже удалось их сфотографировать. Наша газета «За рубежом» рассказала об этой истории и опубликовала фотографии.

— В заключение — вопрос, который логически появляется после услышанного: как вы относитесь к религии?

— Она меня не только волнует, но и интересует как исследователя, давая некоторые факты в форме мифов, преданий. По-настоящему увлекает меня Космос и его духовные законы, которые мы только начинаем познавать. Целитель, знающий эти законы, может гораздо успешнее помогать людям, потому что борется не с болезнью, а очищает в больном его духовное начало. А уж тогда уходит и болезнь. Уходит навсегда, а не просто уступает место другой болезни. И больше всего на свете мне хочется, чтобы мы, наконец, начали жить по этим законам.

— Вы думаете, это возможно?

— Конечно. Ведь если мы не будем стремиться к идеалу, то земная жизнь потеряет смысл.

Беседу вел
Е. КРУШЕЛЬНИЦКИЙ

ЗИМНИЕ СИЛУЭТЫ

На дворе зима и надо поговорить о зимней моде. В последнее время проходит широкая пропагандистская кампания, развернутая экологами и обществами защиты животных. Они призывают модниц пожалеть братьев наших меньших и отказаться от звериных шкур.

В нашей стране, где зимой бывают сильные морозы, испокон веков зимняя одежда изготавливалась из меха. И известные модельеры давно отнесли его к числу «благородных» материалов. Но сейчас мало кто может себе позволить, например, шубу из лисы или норки. Цены «кусаются». Однако, по мнению французских модельеров, можно прекрасно выглядеть в полушубке из кролика или цигейки, тем более, что на сегодня это самые модные меха. Полупальто из этого меха, выкрашенного в модные цвета, украшают огромными воротниками и объемными манжетами, а можно и пристегнуть капюшон, который стал настоящей находкой сезона.

А тот, кто захотел совсем отказаться от меха, может воспользоваться другой зимней одеждой: пальто из драпа и других тканей, утепленными плащами, не говоря уже о различных куртках.

Простой силуэт и комфорт — вот девизы этого сезона.



Рис. М ВЕРИЖНИКОВОЙ

кое-что из ничего

ЛЕТО В ФЕВРАЛЕ

Дорогие рукодельницы! Школа рукоделия и ее преподаватели В. Курлюкова, С. Ильина, В. Оленева, Л. Сапонова благодарят вас за внимание и отклики. Следуя пожеланиям читателей, мы снова начинаем публиковать уроки по освоению навыков безнаметочной технологии пошива. А для тех из вас, кто внимательно следил за всеми публикациями нашей рубрики и успешно освоил все приемы, будет интересно выполнить несколько новых изделий для своего дома или для друзей и родных, ведь не за горами праздник 8 Марта.

Для выполнения предлагаемых изделий лучше использовать хлопчатобумажные ткани, так как они более всего подходят для освоения навыков безнаметочного пошива. На сегодняшнем уроке вы научитесь:

выполнять параллельные строчки (стежка);

обрабатывать фигурный край изделия руликом;

выполнять декоративные элементы в технике накладной и отлетной аппликации;

познакомите[illegible]-ми свойс[illegible]

Итак

Декоративная прихватка «Клубничка»

Прихватка выполняется на трехслойной заготовке: два слоя декоративной ткани, между ними слой ватина.



1. На лицевую сторону заготовки нанести контур ягодки, предварительно скрепив все три слоя булавками (рис. 1).

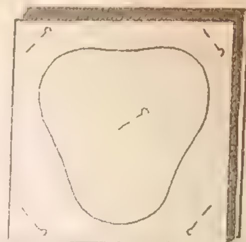


Рис. 1

2. Выполнить стежку без отрыва нити (за контур рисунка). На пересечении линий стежки выполнить «зернышки» — 3—4 стежка «зиг-заг» на месте.

3. Проложить по контуру рисунка прямую машинную строчку, длина стежка 1—2 мм. Вырезать «ягодку», отступив от контура на 2 мм (рис. 2).

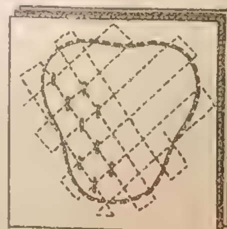


Рис. 2

4. Обработать край прихватки руликом.

Для этого потребуется выкроить обтачку ткани шириной 2 см. Обтачка кроится по поперечной нити, так как поперечная нить имеет свойство растягиваться и припосаживаться, что очень важно для обработки фигурного края.

Выкроенную обтачку лицевой стороной совместить с изнаночной стороной прихватки. Пристрачивать, отступив от края 0,5 см. Чтобы рулик идеально очерчивал край обрабатываемого изделия, необходимо сторого соблюдать следующие правила:

— при обработке выпуклого участка края обтачку пришивать, слегка припосаживая;

— при обработке вогнутого участка края, обтачку пришивают растягивая;

— обрабатывая прямой край, обтачку пристрачивать ровно, без растяжки и припосадки.

Припосадку выполняем с помощью большой иголки, вправляя мелкие сборочки острием иглы под лапку машины (рис. 3).

Приметывать обтачку не следует. Если вам сложно пришивать обтачку без фиксации, то можно по ходу работы подкалывать ее булавками к обрабатываемой основе. Булавки надо располагать перпендикулярно строчке, тогда они не будут мешать ходу машинки и можно строчить прямо по ним. Обтачка пришивается по всему периметру прихватки. Место стыка обтачки стачать (рис. 4). Выровнять срез ножницами, чтобы по всему периметру его ширина была одинакова (4—5 мм).

Отогнуть обтачку на лицевую сторону и, подгибая срез, пристрачивать, отступив от края на 1 мм (рис. 5). Рулик готов.

5. Из поперечной полоски ткани сшить отрезок рулика для петельки длиной 10 см (рис. 6).

6. Листок на ягодке выполняем в технике отлетной аппликации.

Общий принцип выполнения следующий:

а) сложить ткань вдвое и сколоть булавками;

б) нарисовать контур листа и проложить по контуру прямую машинную строчку (рис. 7). Длина стежка 1—2 мм;

в) прострочить по контуру швом «зиг-заг» таким образом, чтобы закрыть прямую машинную строчку (рис. 8);

г) вырезать готовый листок.



Рис 3

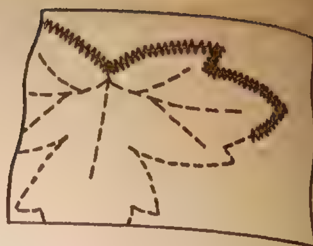


Рис. 8

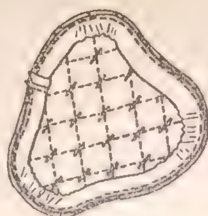


Рис. 4



Рис. 5

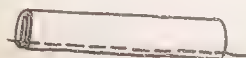


Рис. 6

ПРИМЕЧАНИЕ: I. При работе с тонкими хлопчатобумажными тканями между двумя декоративными слоями необходимо проложить слой флизелина или накрахмаленную тонкую ткань. II. Для обметки края аппликации использовать тонкие хлопчатобумажные (№ 50, 60, 80) или шелковые нитки.

7. Вложить петельку между деталью ягодки и деталью листа и сострочить все детали по линии центральных прожилок.

Не обязательно, выполняя прихватку, использовать традиционные для ягод цвета. Попробуйте использовать яркие, неожиданные ткани синего, фиолетового и других цветов (можно с мелким рисунком). Обратите внимание на то, что ягодка и лист должны быть различны по оттенку, но близки по тону, либо, наоборот, контрастных, гармонирующих между собой цветов.

Пример: 1. Ягодка желтая (теплого тона). Лист болотный (теплый). 2. Ягодка сиреневая. Лист фиолетовый.

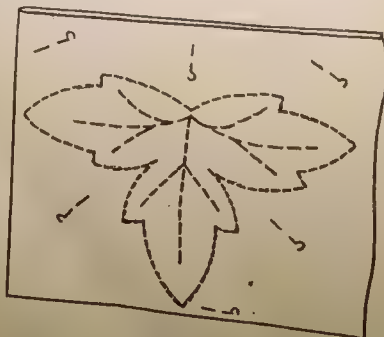


Рис. 7

Прихватка «Груша»

При изготовлении этой прихватки вы встретитесь с еще одной разновидностью отделки — накладной аппликацией. В этой технике выполнено оттеночное пятно на «груше».

Как выполнять накладную аппликацию?

На лоскут ткани, из которого выполняется аппликационный элемент, надо нанести контур рисунка. Определить место расположения аппликационного элемента на основной ткани и зафиксировать его булавками (рис. 9). Выстрочить контур аппликации прямой строчкой (длина стежка 1—2 мм). Острыми ножницами срезать излишки ткани, из которой выполняем аппликацию, как можно ближе к контуру-строчке. Обметать швом «зиг-заг» контур аппликации таким образом, чтобы срезы оказались скрыты под строчкой «зиг-заг» (рис. 10). При этом ширина стежка «зиг-заг» 2,5—3 мм, а частота 0,5 мм.

Аппликационное пятно на прихватке «Груша» выполняется на двухслойной заготовке (ткань+ватин). Затем изнаночную сторону закрывают еще одним слоем ткани. Все слои скрепляют булавками. Выстрачивают контур «груши», вырезают прихватку близко к строчке и обрабатывают срез руликом. Петелька укрепляется отдельно.

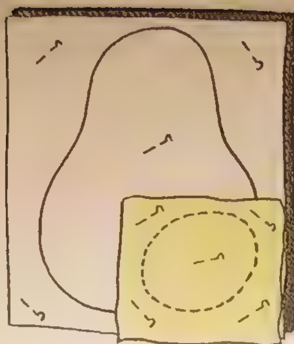


Рис. 9

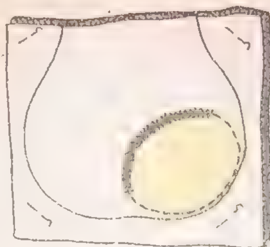


Рис. 10

Прихватка «Грибок»

Основа прихватки в форме рукавички выполнена из трехслойной заготовки и обработана руликом.

«Шляпки» выполнены в технике отлетной аппликации. Оттеночные пятнышки на «шляпках» — в технике накладной аппликации. «Шляпки» отдельно крепятся к основе.



Грелка «Яблоко» на чайник

Грелка «Яблоко» собрана из двух отдельных деталей, каждая из которых выполнена из трехслойной заготовки и обработана руликом. Лицевая сторона грелки украшена отлетными листочками и оттеночным пятном (накладная аппликация).

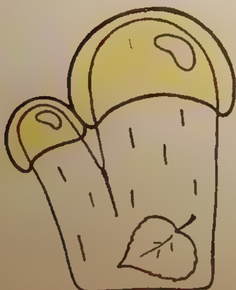
Детали «яблока» сострачиваются по линии верхней полуокружности (на чертеже отмечено штрихами). Петелька вкладывается между деталями «яблока» в момент сборки.

Лекало прихваток и грелки легко увеличить до нужного размера, разграфив рисунки на клеточки.

Светлана **ИЛЬИНА**.

Изделия для номера подготовили: преподаватели С. Ильина, В. Оленева, учащиеся Т. Челышкина, Л. Симонова.

Фото В. Ильина.







Цитрусы в вашем доме

Приходилось ли вам видеть цитрусовое дерево с плодами? Для этого не обязательно побывать в субтропиках, красотой вечнозеленых цитрусовых растений можно любоваться в своей собственной квартире, если выращивать их дома. Например, лимоны. Этот пришелец с юга прекрасно освоился в комнатных условиях, причем отлично уживается даже в самых северных широтах, радуя глаз сочными красками, превращая в настоящий сад любое жилище.

Но не только ради красоты стоит выращивать дома лимоны, растение это подарит вам и необычайный аромат, обогатит воздух в комнате фитонцидами, кислородом, да и сами плоды — подарок садоводу, награда за усердные труды, ведь домашнее деревце при хорошем уходе может дать совсем неплохой урожай.

Но как выращивать лимон дома, можно ли это сделать с помощью семян из плодов, которые мы употребляем в пищу?

Что ж, если выполнить определенные условия, можно рассчитывать и на урожай. Дело в том, что цитрусы, полученные из семян, дают дичок, который не сохраняет материнских качеств и плодоносить не будет, если его не привить. Это, кстати, касается всех цитрусов, не только лимонов. А прививку самое время делать сейчас, в конце февраля — начале марта, когда у растений начинается сокодвижение. Только для прививки обязательно надо взять черенок или почку с уже плодоносившего дерева.

Но обо всем по порядку. Для домашнего сада лучше всего остановить выбор на таких сортах, как **Билла-франка, Дженоа, Лисбон, Майкопский, Грузинский, Павловский, Лимон Мейера.** Два последних сорта по праву считаются самыми удачными для выращивания в квартире, особенно **Павловский.** По вкусу он не уступает тем, что выращиваются на юге под ярким и теплым солнцем. Кожица у него тонкая, плоды отличаются приятным ароматом и вкусом, содержат большой процент витамина С.

Лимонное деревце можно вырастить с помощью семян, как мы уже говорили, и черенкованием. Первый способ более сложный, к тому же с его помощью первые плоды получают гораздо позже.

Семена для размножения следует брать только из здоровых плодов. Очень важно, чтобы лимоны не были бы подсохшими, подмороженными, подпорченными, с гнильцой и т. д. Семена надо посадить в горшочки небольшого размера. Это условие надо выполнить обязательно, дело в том, что таким образом искусственно сдерживается рост корней, а побеги хорошо развиваются. Когда они достигнут 20—25 см, приступают к оформлению кроны. Если из одного семечка выйдут сразу два побега, один, более слабый, надо отщипнуть, чтобы второй, основной, мог бы развиваться полноценно.

Весной растение пересаживают в новый горшок, побольше. Через два — три года надо провести прививку. И придется ждать еще несколько лет, прежде чем появятся первые плоды. Гораздо быстрее можно получить урожай, выращивая лимон из черенков.

Лучше всего черенки заготавливать весной из однолетних веток. Чтобы ускорить плодоношение, желательно взять молодые вегетативные побеги толщиной 4—5 мм. Веточки большего диаметра будут укореняться хуже, а более тонкие слабее развиваются. Длина черенка — 8—12 см, на нем должно быть не менее 4—5 почек. Нижний срез надо сделать под почкой, а верхний — над почкой под углом 40—45°. Удалите листья с черенков, кроме 2—3 самых верхних, и пластинки их чуть-чуть подрежьте. Вот до этого подрезанного листка и погрузите черенок в увлажненную почву. После этого накройте черенок стеклянной банкой и поставьте на светлое место, но так, чтобы не было прямого попадания солнечных лучей. Температура воздуха должна быть в пределах 20—25°, утром и вечером черенки следует опрыскивать водой.

Когда черенки укоренятся, полив сократите до 2—3 раз в неделю. Обычно из одного черенка развиваются два побега, опять-таки надо отдать предпочтение одному из них, а второй удалить. Так же, как и в случае, когда побег получался из семян, крону и в этом случае надо оформить: подрастет до 20—25 см, прищипните верхушку. И пересадите в более крупный горшок. Уже со второго года лимон надо регулярно подкармливать, растение это требовательно к удобрениям.

Стоит два-три слова сказать о пересадке. Не забудьте на дно горшка положить дренаж, состав почвы обычен для комнатных растений — смесь садовой земли, навозного или лиственного перегноя и речного песка. Обязательно продезинфицируйте почву, слегка подсушите ее, а насыпав в посуду, обильно полейте, чтобы почва осела. Растение сажают в горшок с таким расчетом, чтобы корневая шейка находилась над поверхностью почвы, а края посуды на 2—3 см выше. После этого по краям насыпают почву, слегка уплотняют и поливают небольшими дозами, пока вода не стечет на поддон.

Первые десять дней после пересадки лимон поливают ежедневно, затем полив сокращают, но важно, чтобы почва все время оставалась влажной, т. к. при недостатке влаги лимон засыхает. Вот почему, выращивая его дома, обязательно надо прибегать к опрыскиванию листьев и делать это надо 2—3 раза в день. Летом полив проводят чаще, зимой — реже, примерно раз в пять дней.

Правильный полив — одно из главных условий ухода за лимоном. Второе условие — освещение, поставьте его на солнечное место, а зимой дайте растению подсветку. Но, выбирая место, старайтесь не оставлять растение под прямыми солнечными лучами. Летом выставьте лимон на балкон, но учтите: растение боится сквозняков. Зимой оберегайте его от открытой форточки и от горячих отопительных батарей.

Еще одно важное правило: надо регулярно рыхлить землю, чтобы она дышала и хорошо впитывала влагу. Постарайтесь хотя бы раз в месяц осторожно протирать листья мягкой тряпкой, марлей, ватой, смоченными в теплой воде. И полив ведите только теплой чистой водой. Вместе с поливом можно вносить удобрения, но не увлекайтесь ими: большие дозы могут погубить растение.

Несколько слов о болезнях лимона. Чаще всего он поражается паутинным красным клещиком. Чтобы избавиться от него, проведите опрыскивание пораженных участков растения настоем табака (50 г на литр воды) или луковой шелухи (20 г на литр воды), обмойте листья мыльным раствором. Помогают и кашица из репчатого лука, настой чеснока. Если появится пятнистость листьев, обработайте их (разумеется, когда нет плодов) 1-процентной бордоской жидкостью.

Выращивать лимон — занятие приятное, поверьте. И пусть вас не смущает то, что первого урожая надо ждать долго. В ожидании плодов будете любоваться вечнозеленым деревцем, которое придаст красоту и уют вашему дому.

В. ЕГИКОВА

БАБУШКИНЫ РЕЦЕПТЫ

Лимонное варенье

Очистите лимоны от кожуры, залейте кипящей водой, поставьте на огонь и кипятите минут 10, после чего воду слейте, плоды обдайте холодной водой и разрежьте их на дольки. Погрузите дольки в горячий сироп (на 1 кг плодов — 1,5 кг сахара и 2 стакана воды) и варите в три-четыре приема, делая интервалы по 6—8 часов.

Лимонный джем

Для его приготовления помимо лимонов понадобятся и апельсины. Такое сочетание по нынешним временам — роскошь, но и блюдо, о котором идет речь, деликатесное. Итак, снимите с плодов кожуру, мякоть разрежьте на мелкие кусочки. Цедру апельсина залейте стаканом яблочного сока (или воды) и поварите до размягчения, после чего погрузите в эту массу нарезанную мякоть плодов, добавьте сахар (1,5 кг на 1 кг плодов) и, постоянно помешивая, доведите на слабом огне до готовности.

Цукаты

Если вы приготовите из лимонов варенье или просто сделаете заготовку лимонных долек с сахаром, у вас останется кожура, не выбрасывайте ее, из лимонных корок, особенно толстых, можно приготовить вкуснейшие цукаты.

Нарежьте корки и вымачивайте их в холодной воде два-три дня, меняя воду по три раза в день. После этого поварите корки минут 20, слейте воду и опустите корки в кипящий сироп (на 1 кг корок — 1,5 кг сахара, 3 стакана воды), снимите с огня и выдержите 5—6 часов, после этого вновь поставьте на огонь, варите минут пять и вновь оставьте на несколько часов. Повторите так еще три раза. В конце варки добавьте 5 г лимонной кислоты. Цукаты можно выложить на доску и слегка подсушить.

Салат из моркови.

Натрите на мелкой терке сырую морковь, добавьте по вкусу горчицу, соль, перец, чеснок, перед подачей на стол — майонез. Такой салат также украшают зернышками граната или зеленью. Можно с помощью этой массы сделать и необычные бутерброды. Для этой цели особенно хорош черный хлеб, нарезанный тонкими ломтиками. Смажьте их сливочным маслом, сверху положите густой слой морковного салата и присыпьте зеленью.

Салат из репчатого лука.

Разрежьте на тонкие кружочки две — три луковицы, подержите их с минуту в кипящей воде, дайте ей стечь и выложите лук в салатницу. Нарежьте кучками два небольших соленых огурца и смешайте с луком, добавьте соль, сахар — по вкусу, ложку столовой горчицы и растительное масло.



ДОМАШНИЙ УМЕЛЕЦ

Энергия для времени

Энергетическая подпитка нужна не только человеку, но и электрическим часам. Если они остановились, а мастерская у вас под боком, вы сходите и замените батарейку. А если нет такой возможности? Тогда достаньте из фонарика плоскую батарейку «КБС» и подставьте к ней маленькую из часов. Причем будьте внимательны — плюс соединяйте с плюсом, а минус — с минусом. Придерживайте в таком положении пальцами до тех пор, пока батарейка из часов не станет горячей.

Когда остынет, повторите процедуру. И так — три-четыре раза. С каждым разом маленькая батарейка будет нагреваться быстрее. После такой подзарядки вставляйте ее в часы — энергии хватит на пять — семь месяцев.

Снимаем накипь

Даже если вы фильтруете воду через «Родничок», на посуде со временем все равно образуется накипь. Для ее удаления наша промышленность выпускает средство «Адипинка», но в магазинах оно бывает не всегда. Поэтому предлагаем убирать лишнюю толщину подручными средствами.

Доведите воду в чайнике до кипения, добавьте питьевую соду из расчета 2—2,5 столовых ложки на литр воды и кипятите 20—25 минут. Затем воду слейте, наполните чайник заново, но теперь кипятите с уксусной эссенцией (полстакана на 4 литра воды). После этого разрыхленный слой накипи легко снять со стенок чайника деревянной палочкой.

Есть и другой способ. В посуду налейте заранее подготовленный слабый раствор соляной кислоты (4-процентной концентрации), нагрейте до 60—80 градусов и выдержите 20—30 минут до полного разрыхления накипи. Не забудьте в конце хорошо вымыть посуду.

Считается, что время универсалов прошло — кругом специализация. Но посмотрите, с каким уважением относятся люди к человеку, который и свой дом держит в порядке, и соседу готов помочь при случае. Про таких говорят, что у них руки на месте. Открывая клуб «Домашний умелец», редакция приглашает читателей поделиться маленькими хитростями и домашними секретами.

Социальная ЗАЩИТА

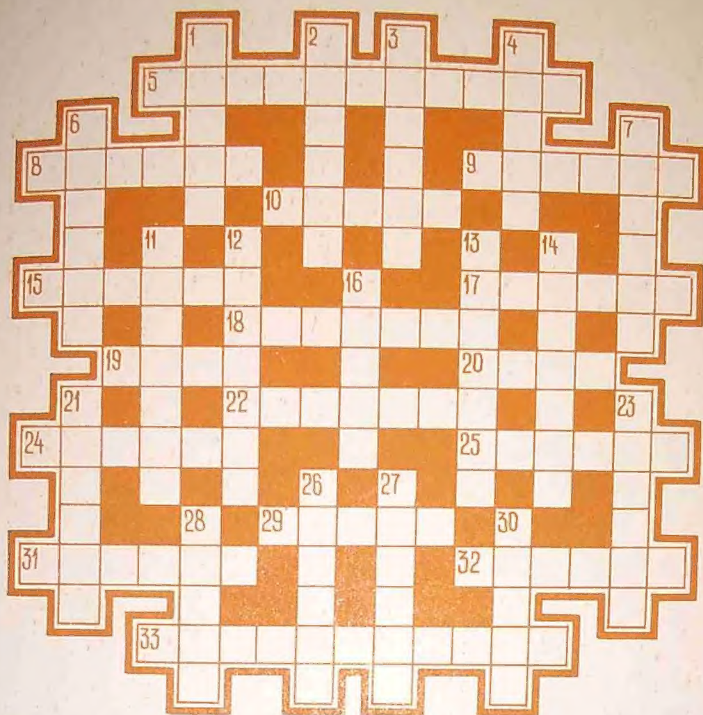
УЧРЕДИТЕЛЬ: ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ СССР ПО ТРУДУ И СОЦИАЛЬНЫМ ВОПРОСАМ

Главный редактор
Н. И. ПОЛЕЖАЕВА
Редакционная коллегия:
В. Г. ВЕСЕЛОВ
(заместитель главного редактора)
Е. Л. КРУШЕЛЬНИЦКИЙ
С. В. ПЕТРУСЕНКО
Б. А. ФАИН
(ответственный секретарь)
Оформление
С. А. ПТИЦЫНОЙ
Сдано в набор 11.12.90.
Подписано к печати 22.01.91.
Формат 70×100 1/16.
Печать офсетная. Бумага офсетная № 1.
Печ. л. 6,0. Усл. печ. л. 7,80.
Усл. кр. отт. 21,78.
Уч. изд. л. 10,07.
Тираж 134418 экз.
Заказ 2423. Цена 70 коп.
Адрес редакции: 103706, Москва, пл. Куйбышева, 1
Тел. 928-65-16
ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКОНОМИКА»
121864, Москва, Г-59, Бережковская наб., 6
Отпечатано на ордена Трудового Красного Знамени Чеховском полиграфическом комбинате Государственного комитета СССР по печати
142300, г. Чехов Московской области

На первой стр. обложки фото Н. ТКАЧЕНКО.

В номере также фото А. БОЧИНИНА, Ю. СТЕЛЬМАШЕНКО, С. ПЕТРУХИНА, И. ФЛИСА, Б. ДОЛМАТОВСКОГО

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **5.** Лекарственное растение. **8.** Французский живописец. **9.** Публичный спор на научные, литературные темы. **10.** Душистое вещество, применяемое в парфюмерии. **15.** В художественном произведении: цепь событий, о которых повествуется в сюжете. **17.** Журнал. **18.** Система цветовых сочетаний в произведении изобразительного искусства. **19.** Грамматический знак. **20.** Роман Э. Войнич. **22.** Приток Енисея. **24.** Город в Белоруссии. **25.** Искусный наездник. **29.** Обогревательный прибор. **31.** Один из героев романа А. Дюма «Двадцать лет спустя». **32.** Русский баснописец. **33.** Советский режиссер, народный артист СССР.

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Древнегреческий философ. **2.** Опера Дж. Верди. **3.** Фигура высшего пилотажа. **4.** Французский драматург. **6.** Периодическое издание. **7.** Любопытное, забавное, смешное обстоятельство, происшествие. **11.** Советский композитор. **12.** Принадлежность для спортивной игры. **13.** Архитектурное сооружение. **14.** Наборная буквоотливная машина. **16.** Искусный трюк артиста цирка. **21.** Химический элемент. **23.** Стихотворение М. Лермонтова. **26.** Денежная единица страны. **27.** Картина П. Кончаловского. **28.** Приток Иртыша. **30.** Персонаж комедии Ж.-Б. Мольера «Тартюф».

ОТВЕТЫ

на кроссворд, опубликованный в № 1.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 7. «Травиата». 8. Репортаж. 9. Искусство. 10. Виза. 12. Ядро. 13. Клиника. 15. Чирков. 16. Неолит. 17. Кредит. 18. Король. 21. Резеда. 24. Кобыль. 25. Транзит. 26. Верн. 27. Арно. 28. Пантомима. 30. Фонвизин. 31. Увертюра.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Тропинин. 2. Фили. 3. Пакувий. 4. Престиж. 5. Лото. 6. Лазорник. 11. Аккордеон. 12. Ярославна. 13. Квадрат. 14. Антракт. 19. Селектор. 20. Флиндерс. 22. «Картина». 23. Изумруд. 28. Приз. 29. Ааре.

70 коп.

Индекс 70957



ISSN 0868—4960



PHOTOS BY ANDREY G AKA DONUT190